

என்றும் உங்களுடன்

புத்தகம்-1

# மங்கையர் மலர்

மார்ச் 2009

258 பக்கங்கள் ரூ.20/-

MANGAYAR MALAR

புத்தகம்  
பி  
ரை  
மலர்  
64!

3

புத்தகங்கள்

கராமியச்  
சுறப்பிசூடி!

வர்ணிக்க  
வார்த்தையில்லை

வழங்குகிறோம்.

VBJ-யின் விழாக்கால  
ரகங்கள், கலையழுதடன்  
வடிவமைக்கப்பட்ட வைர  
நகைகள், உங்கள் மனதை  
நர்க்கும் சிற்புத ரகங்கள்,  
வர்ணிக்க வார்த்தையின்றி  
உங்களைத் திக்துமுக்காடச்  
செய்யும் உன்னத  
படைப்புகள்.

விழாக்கால ரகங்கள்

 **VBJ**  
SINCE 1900



# இதயத்துக்கு இனி இல்லை தொல்லை!



ECCP - அறுவை இல்லா வயான் சிகிச்சை  
**Neomed Hospital**

Non-Surgical Treatment Center for Angina,  
Heart Attack & Heart Failure Problems  
An Advanced Cardiac Care and Arrhythmia Clinic (ACC) (ACC) (ACC)

வந்துவிட்டது. அறுவை இல்லா வயான் சிகிச்சை. அறுவை சிகிச்சை இன்றி வந்ததுவலி. மாறாபப்பு. கிருதய பவலிவம் போன்ற பிரச்சனைகளை போக்கும் அற்புத மாற்று சிகிச்சை E.E.C.P (Enhanced External Counter Pulsation) / அரோவன் சிகிச்சை (Artery Clearance Therapy), அமெரிக்கா, ஐதர்மணி போன்ற 26 நாடுகளில் வெற்றிகண்ட. இந்த அறுவை இல்லா வியற்கை வயான் சிகிச்சையினால் சுமார் 18.5 லட்ச மக்கள் பயன் அடைந்துள்ளனர். இ.இ.சி.பி சிகிச்சை அமெரிக்காவில் உள்ள Food and Drug Administration (FDA) அங்கீகாரம் பெற்றுள்ளது. இச்சிகிச்சை முறை தற்போது இந்தியாவில் பல முன்னிலை மருத்துவமனைகளில் அறிமுகப்படுத்தப் பட்டிருக்கிறது.

ஒரோவன் / அரோவன் சிகிச்சை சிக்கல் கிடைக்கிறது. ஆனால் சிக்கலானது. இந்த சிகிச்சைகள் மூலம் மேலும் Stroke, Chronic Backpain, Parkinsonism, Cancer, Diabetic Gangrene and Foot Ulcers போன்ற நோய்களும் குணமாக்கப்படுகிறது. இதய சம்பந்தப்பட்ட நோய் உள்ளவரா நீங்கள்? தயக்கமின்றி நியோமெட் வாசலங்கள். இ.இ.சி.பி / ஒரோவன் / அரோவன் சிகிச்சை மூலம் நிவாரணம் பெற்று நிம்மதியுடன் வாழலாம்.

- 70% - 100% வரை இதய அடைப்புகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.
- வலி இல்லை.
- அறுவை சிகிச்சை இல்லை.
- நீண்ட நாட்கள் மருந்து இல்லை.
- மருத்துவமனையில் தங்கி சிகிச்சை பெற வேண்டிய அவசியம் இல்லை.



**NEOMED HOSPITAL**  
CARE FOR BETTER LIVING

Timing : Weekdays 9 am to 6 pm. Sunday Holiday

**NUCURA-PEMF மூலம் நவீன சிகிச்சை**

- நாள் பட்ட மூட்டுவலியா ?
- மூட்டு தேய்மானமா ?
- கிரூப்பு வலியா ?
- கழுத்து வலியா ?
- தோள்பட்டை வலியா ?



கவலை வேண்டாம் அறுவை இல்லா NUCURA-PEMF மூலம் நவீன சிகிச்சை

**Chennai :** No. 52, Central Bazaar Street, Tenny, Trichy. Ph : 0431-2791051, 2791052.  
**Chennai :** 2181, L-Block, 12th Main Road, Anna Nagar, Ph : 044-2620 1147 / 2620 0882, Fax : 2620 0631  
**Madurai :** 11, Lakeview Road, Opp. Sundaram Theatre, K.K. Nagar, Ph : 0452-2581414, 2581515.  
**Salem :** 127 / 1, Varalekshmi Towers, Gandhi Road, Ph : 0427-2311818, 2311819.

[www.neomedhospitals.com](http://www.neomedhospitals.com)

# கிராமியச் சிறப்பிதழ் பக்கங்கள்!



|  |      |
|--|------|
| மறக்க மனம் கூடலடி!                             | - 20 |
| பாரதியைக் கவந்த<br>பாட்டியின் பாடல்!           | - 24 |
| வேட்டையாடு விளையாடு!                           | - 36 |
| தினாலனை!                                       | - 46 |
| பொன்னான எதிர்காலம்...<br>பாதுகாப்பு எந்தாலும்! | - 52 |

## ரூ.5,000 பரிசு

ஆன்மிகப் போட்டி **57**



**148**

**பெப்பர்  
பாப்கார்ன்!**



**97**

**ஆல் கின் ஒன்  
சமையல்!**



### முதலில் படிக்க

|              |      |
|--------------|------|
| ஒரு வார்த்தை | - 5  |
| அன்பு வட்டம் | - 12 |

### குவி பக்கங்கள்

|                      |       |
|----------------------|-------|
| என் செல்லமே          | - 32  |
| குட்டன் ஓராட்டி      | - 39  |
| சொல்ல விரும்புகிறோம் | - 92  |
| கோலங்கள்             | - 118 |

### மனதில் திற்கும் தொடர்கள்

|                                     |       |
|-------------------------------------|-------|
| பூ பூக்கும் ஓசை                     | - 108 |
| சிலிரிக்க வைக்கும்<br>சித்தர் தொடர் | - 114 |

### சமையல்

|               |       |
|---------------|-------|
| சூக்கரி கனீன் | - 140 |
|---------------|-------|



**கல்கி**

திரைப்படம்  
தமிழ் திரைப்படம்

**தரத்திலும் நம்பர்**





|   |       |  |       |
|---|-------|--|-------|
| சூரியத்தாய்!                                  | - 80  | ஒப்பந்தத்தேன்                                    | - 120 |
| (மேலானமை பொன்னுசாமியின்<br>சிறப்புச் சிறுகதை) |       | கொட்பாங்குச்சி!                                  | - 124 |
| புதிய விடியல்!                                | - 70  | வால்பாண்டி சரித்திரம்!                           | - 124 |
| வளப்புகள் வரமாவின்றன!                         | - 94  | அக்கறை இல்லாவிட்ட<br>அவஸ்தைதான்!                 | - 145 |
| இயற்கையின் காதலிகளே...                        | - 100 | கிராமத்து அவலங்கள்!                              | - 151 |
| கலக்குது பாருங்க கிராமத்துச்<br>கற்றுலா!      | - 104 | கிராமங்கள் இன்னும் உயிர்ப்போடு<br>இருக்கின்றனவா? | - 154 |

ராசிபலன்

ஜூலை மாதம் எப்படி? - 187

அறிவிப்புகள்

38, 157, 159

அட்டையில் : கவுண்டி

படம் :

அபிராமி கலர் லேப் ஏ.ஜானகிராமன்



**பகவான் பாபா!**

**யூத் எடிஷன்**

**பக்கங்கள்**

82

**போட்டிகள்**

**உங்களுக்காகவே**

83

**சினிமாவில்  
சேரனுமா?**



**சாரதா 130**

**பேசுகிறேன்!**



**எரிர் மாத இதழ்!**

**மங்கையர் மலர்**

மலர் : 29

கிதழ் : 6

ஜூலை 2009



**முழுமையான உடல் மற்றும் முகம் மறுசீரமைப்பு சிகிச்சைகள்**

பிளாஸ்டிக் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் மற்றும் அறுகு  
சிகிச்சை நிபுணர் வதுங்கும் கிடைக்கக் கூடியவை

**கொம்புச்சிகிச்சை அகற்றுதல்**

**சரு தக்கூதல்**

(Rhinoplasty) **கரு தக்கூதல்**

**சூடி கார்பர் அகற்றுதல்**

(Laser) **கேசர் முகத்தில் பொலிகாக்குதல்**

**கிரசாமய முகத்தில் பொலிகாக்குதல்**

**கைக்கிரா பெர்மபரேசன்**

(Before) **பெசட்டாக்ஷ்**

(After) **ஃபீஸர் கிம்மெஷன்ஷன்**

**கேசர் முகம் சூடித்தகூதல்**

**கெர்மேஷ்**

(Liposuction) **உடல் ஒளிப்பல் அகற்றுதல்**

**ஹீந்தி கொழுப்பை அகற்றுதல்**

**கொழுப்பை கடித்தல்** (Liposuction)

**கூண்டெழுக்கு கார்பகம் கொழுப்பை அகற்றுதல்**

**கேதவையந்த கொழுப்பை தக்கூதல்** (Aliposuction)

**கார்பகம் பொருத்தூதல்**

**கார்பகம் சர் செய்தல்** (Facial Reconstruction)

**கார்பகம் சீர்தரத்தூதல்**

**தாண்ட பொருத்தூதல்**

**முகம் சர் செய்தல்**

**கெந்தி கருக்கல் தக்கூதல்**

**உதடு பிளவு சர் செய்தல்**

**கெக் காய் பிளவு சர் செய்தல்**



**VEECARE HOSPITAL**

caring hands • 044 - 42945434

மென்:104, ஐயங்கார்வாடி தெரு காவலு, (கொண்டிபேட்டை ஐயங்கார் அருகில்) திருவாரூர், தமிழ்நாடு, சென்னை - 600 040, போன் : 044-42945434



சீமீபத்திய நாளிதழின்,  
அடுத்தடுத்த பக்கங்களில்  
நான் கண்ட இடுவேறு  
செய்திகள் என்னை மிகவும்  
பாதித்தன.

கூடலூர் காட்டுப்  
பகுதியில் சுற்றித் திரிந்த



புப் பகுதியைச் சேர்ந்த  
ஆட்டோ டிரைவர் சலீம்.  
இவரது செல்ல மகள் யாஸ்  
மீன். வீல்வீவாக்கத்திலுள்ள  
பள்ளியில் பத்தாம் வகுப்பு  
படித்து வந்தார். பதினைந்தே

# ஒரு வார்த்தை!

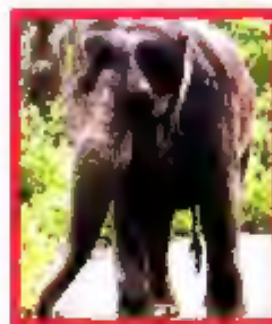
கர்ப்பிணி யானை ஒன்று,  
குறைப்பிரசவத்தில் ஓர் ஆண் குட்டியை  
உண்டது. யானைக் குட்டி இறந்தே  
பிறந்ததால், அசைவற்றுக்  
கிடந்திருக்கிறது. அதைப் பார்த்து  
அதிர்ச்சியடைந்த தாய் யானை,  
குட்டியின் உடலைத் தூக்கிக் கொண்டு,  
பயங்கரமாகப் பீளிரியபடி, அந்தப்  
பகுதி முழுவதும் வெறிபிடித்தது போல்  
ஓடியது. குட்டியைத் தடவித் தடவிப்  
பார்ப்பதும், சுற்றிச் சுற்றி வந்து எழுப்ப  
முயற்சிப்பதுமாக, பல மணி நேரங்கள்  
கண்ணீர் விட்டுத் துடித்த அந்த  
யானையைக் கையானைகள்  
ஒருவாறாகத் தேற்றி, அழைத்துச்  
சென்றன. குட்டியின்  
உடலை அங்கேயே போட்டு  
விட்டு, வேதனையுடன்  
அந்தத் தாய் யானை  
காட்டுக்குள் சென்று  
மறைந்ததாம்!

வயதான யாஸ்மீனுக்கு இஸ்மாயில்  
என்ற இளைஞரு டன் காதல்!

இந்த விஷயம் சலீமுக்குத்  
தெரியவே, மகளைக்  
கண்டித்திருக்கிறார்; துடுபோட்டு  
தண்டித்திருக்கிறார். ஆனாலும்  
யாஸ்மீன் காதலை கைவிடுவதாக  
இல்லை. அப்பாவின் கெடுபிடிகள்  
அதிகமாகவே, காதலனுடன் வீட்டை  
விட்டு ஓடிவிட்டார்!

மகளைக் காணாமல் பதறிப்போன  
சலீம், நாள் முழுக்க சோறு, தண்ணீர்  
இல்லாமல் பைத்தியமாக அலைந்து  
ஊரெங்கும் தேடியுள்ளார். கடைசியில்  
கண்டுபிடித்து, வீட்டுக்கும் அழைத்து  
வந்து விட்டார். நள்ளிரவில்  
யிண்டும்

இருவருக்குமிடையே  
லாக்குவாதம் ஏற்படவே,  
"காதலனை மறக்கச்  
சொல்லிக்  
கட்டாயப்படுத்தினால்  
தற்கொலை செய்து



சென்னை புளியந்தோப்





## மாங்கையர் மலர்

சாத்திரம் நம்பி 1 மகனின் மனது துன்பம்

பாதுக பன்னிகேஷன்ஸ்  
பிரைவேட் லிமிடெட்புறக்காக  
பாதுக அச்சத்தில்  
ஆசிரியர் பெறுப்பேற்று  
அச்சிட்டு வெளிவிடுபவர்  
லக்ஷ்மி நடராஜன்

கல்கி பிரிவுகளை,  
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,  
சக்கரடுதூங்கல், சென்னை - 32

பொதுப்பாசிரியர் : அனுவாதா சேகர்

வடிவமைப்பு :  
எஸ்.எம்.பீஸ், எம்.மோகன்,  
பா.மோபால்

தொலைபேசி : 4343 8868

சந்தா பிரிவு : 4343 8833

தொலைதகல் : 044 - 4343 8899

மின்னஞ்சல் :

ஆசிரியர் குழு :

mangayarnalair@kalkiweekly.com

விளம்பரப் பிரிவு :

marketing@kalkiweekly.com

சந்தா பிரிவு :

subscription@kalkiweekly.com

பிற தகவல்களுக்கு :

info@kalkiweekly.com

இன்டர்நெட் முகவரி :

www.mangayarnalaironline.com

சந்தா விவரம் :

உள்ளூர் :

ஒரு வருடம் : ரூ. 250/-

வெளிநாடு (விமானத்தால்) :

ஒரு வருடம் : ரூ. 2,200/-

**Bharathan Publications  
Private Limited,**

Kalki Buildings,

47-NP, Jawaharlal Nehru Road,

Edocharungal, Chennai - 600 032.

இதழில் வெளிவரும் விளம்பரங்களின்

உண்மைத் தன்மைக்கு

கல்கி பிரிவுகள் பொறுப்பில்லை.

கொள்வேன்!" என்று உறுதியாகச்  
சொல்லியிருக்கிறான் யாஸ்யின்.

அவ்வளவுதான். தோளிலும், மார்பிலும் போட்டு  
வளர்த்த அருமை மகளை, சரமாரியாகக்  
குத்திக் கொண்டுவிட்டு, தானே காவல்  
நிலையத்தில் சரணடைந்துவிட்டார் சலீம்.

என்று பாசத்தால் அழுது பீறிழியபடி நின்று  
அம்மா விலங்கு!

வளர்த்த பாசத்தால் கொண்டு விட்டுத்  
துடித்த விலங்கு அப்பா!

நெஞ்சம் கனைத்துப் பேசுகிறது...

முன்பெல்லாம் கல்லூரிகளில் கூட  
தென்படாத காதல் சமாசாரங்கள், தற்போது  
ஆறாம் வகுப்பிலேயே ஆரம்பமாகிவிடுவது  
அதிர்ச்சியாகத்தான் உள்ளது. (எல்லாம் நம்ம  
ம.லி., சிறிமா செய்யும் பேருதவிதான்!)

விளைவு...? தற்கொடை முதல் வீபகாரம் வரை  
ஏகப்பட்ட குற்றங்கள்... சமூகச் சீரழிவுகள்!

சரி... இதற்கு என்னதான் செய்யலாம்?

பல வருடங்களுக்கு முன் பள்ளிகளில்  
'மாரல் சயின்ஸ்' என்றொரு வகுப்பு உண்டு.  
ஆசிரியர்கள், மாணவர்களுக்கு நல்ல பல நீதிக்  
கதைகளை, கருத்துக்களைச் சொல்லி, அவர்  
கறினையே நன்னெறிகளை வளர்த்தார்கள்.  
இறை அச்சமும், மனிதநேயமும்  
வீதைத்தார்கள். பின்னாளில், நல்ல  
பக்குவத்துடனும், தூய சிந்தனைகளும்  
கொண்டும் மாணவ சமுதாயம் விளங்க அனைவ  
பெரிதும் உதவி செய்தது.

பள்ளிகளில் நீதிபோதனை வகுப்புகளைக்  
கட்டாயமாக்கும் வேளை வந்து விட்டது.  
இனியும் தாமதித்தால், யாஸ்யின் போன்ற  
பரல்முகம் மாறாத சிறுமிகளின் சரவுப்  
பட்டியல் தொடர்ந்துவிடும்!

**அனுவாதா நடராஜன்**





உங்கள் உடலின் தேவையில்லாத  
பருமன் மற்றும் கொழுப்பை துரக்க  
உலகின் எளிதான,  
பாதுகாப்பான ஒரே வழி

**FATfree**  
FITNESS MADE EASY



Mr. Rajeev Balakrishnan (Chief Operation Officer, Tirtha & Hara Communications Pvt. Ltd., Mumbai)  
lost 40 lbs of weight by using 'Fat Free' Ayurvedic vegetable food supplement tablet

**பேட் ஃப்ரீ ஆயுர்வேதிக் ஷெஜிட்டுபிள் டீபிள் டபிள்மெண்ட் மாத்திரை**

உலகின் முதல் முயற்சியாக இத்துறையில் தம்பி 1 பற்றாண இதுவே சிறாக சித்தூலி டபிள் ஸ்ரீதேவி ஸ்ரீவிவாசன் அவர்களால் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. பேட் ஃப்ரீ மாத்திரை மதுவான, பூண்டு, முள்ளக்கி, மஞ்சள், கரிவேப்பிசை, கீரை, கொஞ்சு ஆகிய காய்களிகளின் உயர்த்தப்பட்ட சாற்றின் இருந்து தயாரிக்கப்படுவதால் உடலின் பேட் கொழுப்பை குறைத்து, அவசிய கொழுப்பை அதிகரிக்கவும், நெடவ மற்றும் நெடப்பை போன்ற இதர உடலின் கொழுப்புத் தங்கும் பகுதிகளில் உள்ள கொழுப்பையும், பருமனையும் தீர்த்துப் போக செய்கிறது. இதன் தயாரித்த கனாவலில் 1% லிட்டர் அளவுள்ள பன காய்கலி கலந்த சாற்றினால் 2 டேபிளட்டுகளை அடக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த டபிள்மெண்ட் காய்க்ளினமக்காக பரிந்துரைக்கப்படும் உயர்த்து, உடத்த 3 வருடங்களில் 10 இலட்சத்திற்கும் மேற்பட்ட மருக்கவசனங்கள் பேட் ஃப்ரீ மாத்திரையைய பயன்படுத்தி பயனடைந்துள்ளனர் வளமுடா நாடுகளிலும், அமெரிக்காவிலும் பல்வேறு மருத்துவர்கள் இதன் மயிமையை ஸாட்டுகின்றனர். இது 100% ஆர்கானிக் மற்றும் ஸ்பன்மையானதால் மருத்துவர்களுக்கும் பின்பிளவுகள் இல்லாதது மற்றும் பாதுகாப்பானது, உடல் பருமனை, கொழுப்பை குறைக்கும் சக்தியுள்ள மலன் மஞ்சள் (கம்புசிய தும்பி குட்டா) பதப்படுவதற்கு பயன்படுத்தப்படுவதால் மேலும் பான் உணவாகிறது.



**Sri Bhagavathy Madom**  
Feel the divine touch  
Ayurvedanikethanam

For enquiry Trade Lines : Ph: 044-26544623, 26547202

Branches: Madurai 2624421, 2600025, 0843684586 • Tiruvallur 2204133, 2208775 • Rajahmundry 2219555, 0492309531 • Thiruv. 2295158, 2271680, 0380333180 • Tiruvann. 2201221 • Kumbakonam 2423368, 09526514271 • Coimbatore 2262225, 423058 • Pondicherry 2226750 • Villupuram 0443268842, 224335 • Villuru 2228874, 2234283 • Karachipuram 0443268482, 37371857 • Tirupur 0843044277 • Salem 2336386, 0941395 • Erode 2298517, 2253421 • Dindigul 2422587, 2431833 • Pollachi 221774 • Thanjavur 230608 • Tiruvannamalai 250788 • Chennai 2651713 • Pan Bhat 240115 • BHEEMANA Ayur 24401415, 938114158 • Tiruvattayar 084088872 • Tirunelveli 2236788, 0841134386 • Pudukottai 26462745 • Chinnay Nagar 4362272, 247809565758 • Tirupur 29554832 • Arunachal 2621588278215827 • Pudukottai 2462830, 24623750 • Chinnay Nagar 26460875, 0301884940 • Pudukottai 26784285 • Indraprastha 26570231 • Pudukottai 26537846 • Mysore 24841057.

GMP & ISO 9001-2000 Certified Ayurvedic Company

Kerala - 0487 2363583 Karnataka - 080 25587225, Dubai: 0997142257526, USA - +18772987872.

bangalore

# கிராமத்துப் பெருமிதம்

\* வசந்தா வரலாறமலை -  
உமா ராஜமாணிக்கம்



“நகரங்களில் ஒவ்வொரு ஐந்து கிலோமீட்டருக்கும் ஒரு பள்ளிக்கூடம் இருக்கிறது. கிராமப்புறப் பகுதிகளில் அப்படிக் கிடையாது. சேலம் நகரில் ஏராளமான பள்ளிக்கூடங்கள். அதனால் தான் கிராமப்புற முன்னேற்றத்துக்கு உதவும் வகையில், இந்தப் பள்ளிக் கூடத்தை ஆரம்பித்திருக்கிறோம்” என்றார் சேலம் - ஈரோடு சாலையில் உள்ள நெய்க்காரப் பட்டியில் இருக்கும் ஸ்ரீவித்யா பாரதி மெட்ரிக் மேநிலைப் பள்ளியின் தாளாளர் வசந்தா வரலாறமலை. ஈரோடு பாரதிய வித்யாபவனில் இருபது ஆண்டுகள் பணியாற்றிய அனுபவம் மிக்க கல்வியாளர் இவர்.

“இவருடைய வழி காட்டுதலில்தான் இந்தப் பள்ளியைச் சிறப்பாக நடத்த முடிகிறது என்கிறார் பள்ளியின் முதல்வர் உமா ராஜமாணிக்கம். (இவர் எட்டாவது முடித்ததும், பள்ளிப் படிப்பை திறுத்தி

விட்டு, பெற்றோர்கள் திருமணம் செய்து வைத்தார்கள். குழந்தைகள் வளர்ந்ததும், பதினைந்து வருடங்கள் கழித்து பத்தாவது, பன்னிரண்டாவது, பி.ஏ., எம்.ஏ., பி.எட். என்று ஒவ்வொரு கல்விப் படியாகப் பாண்டியாட்டம் போலத் தாண்டி, இன்று இந்தப் பள்ளியின் முதல்வர்!)

“பள்ளியின் வளர்ச்சியும், சுற்றுப்புற கிராமங்களிலிருந்து வரும் குழந்தைகளின் சாதனைகளும் தான் எங்களுக்கு முக்கியம். அதனால்தான் பள்ளியின் வருவாய் முழுமையும் பள்ளி நலனுக்கே செலவிடுகிறோம்” என்கிறார் நிர்வாக இயக்குநர்கள் குழுத் தலைவர் பி.ரவி.

ஜூன் 2003ல் பள்ளி தொடங்கிய நாளன்றே 750 மாணாக்கர்கள் சேர்ந்தார்கள். இன்று சுமார் 1500 மாணாக்கர்களுடன் மெட்ரிகுலேஷன் உயர்நிலைப் பள்ளி என்ற அந்தஸ்தை எட்டிப் பிடித்துவிட்டது.





பள்ளம் ஓர் ஆரம்பத்தலில் இருந்தே நூறு சதவிகிதமாகத் தேர்வு வெற்றியைத் தொடர்ந்து சாதித்து வருகிறது.

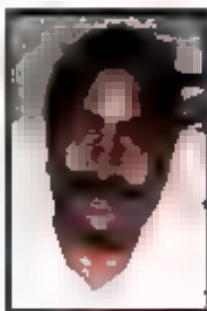
இங்கே படித்த மாணவர் ஆர்க்கித்ரீ 1200க்கு 1171 வாங்கி முதலிடம் பிடித்திருக்கிறார். அண்ணா பல்கலைக் கழகத்தில் பி.இ. கம்ப்யூட்டர் சயன்ஸ்-க்குத் தேர்வாகி இருக்கிறார்.

"முழுது மனங்கே காலகால அபாயம் வெச்சு, எழுந்து படிக்க ஆரம்பிக்கவேண்டும். இல்லேன்னா அம்மா எழுப்பி விடுவாங்க!" என்கிறார். அதிகம் அலட்டிக் கொள்ளாமல் கொம்பரிலாக்ஸ்ட் ஆகப் படித்ததாம். பள்ளியில் இரண்டாவது வந்தவர் நாக கார்த்திகேயன். மூன்றாவது எஸ். சபரீஷ்.

"எந்தக் குழந்தையும் சிறந்த கல்வி பெற்றால் சிறப்பாக வாழடியும் என்பதை நிரூபித்து

வருகிறோம் இங்கே உலக அந்தணைக் குழந்தைகளும் குடும்பத்தில் முதல் தடவை கல்வியை நசி பார்க்கும் போஸ்ட் லெவலோஷன் ஸ்டூடன்ட். அவர்களது பெற்றோர்களால் தகடித்துப் பெற்றோர் போல, விட்டும் பாடம் சொல்லித் தந்து உதவு முடியாது. அதிலும் இங்கிலிஷ் மீடிவத்தில் அது சாத்தியமே இல்லை. எவ்வித குழந்தைகள் பள்ளியில் பெறுகிற கல்வி உயர்தரமாக இருக்க வேண்டும் என்பதில் குறியாக இருக்கிறோம்!" என்சென்டரன் தவிரவரும், முதல்வரும்.

\* பேரவி



பல வகுப்புகளில் நடைபெற்று, இலங்கை பாடம் கொல்லித் தரும் முறையைப் பார்த்தோம். கற்பித்தலில், புரிய வைத்தல் என்பது முதல் இடம் பிடிக்கிறது.

ஒரே ஒரு ஸ்கோலர் வகுப்



## மின்னும் நட்சத்திர

### மாணவர்கள் :

★ கருங்கல்பட்டி எஸ்.நாகேந்திரன் என்ற குட்டிப்பையன் ஸ்லோகம் போட்டியில் மாவட்டத்தில் ஆவது பரிசு.

★ தாரிணியின் கிராமம் சீரகனப்பாடி என்று இருபது கி.மீ. தூரத்தில் இருக்கிற குக்கிராமம். வாங்கிய பரிசு இங்கிலேஷில் 'ஸ்பெல்-ப்' போட்டியில்!

★ பத்மசரண் எட்டாவது. சைபர் ஒலிம்பியட்டில், மாவட்டத்தில்

புக்குச் சென்றோம். ஆசிரியை சொல்லித் தருவதை ஸ்பஷ்டமாக. உச்சரிப்புக் குறை எதுவுமில்லாமல் குழந்தைகள் அழகாகச் சொல்லின்றன. ஒவிய வகுப்பில், ஆசிரியர் வரைந்த படத்தை அத்தனைக் குழந்தைகளும் அப்படியே வரைந்திருந்தன.

இந்த மாணவர்களும் மாணவிகளும் சேலத்தை சுற்றியுள்ள கிராமப் புறங்களில் இருந்து வருபவர்கள், இவர்கள் சரளமாக ஆங்கிலம் பேசுவது நமக்கு வியப்பைத் தந்தாலும், ஆசிரியைகளும், தாளாளரும், முதல்வரும் "இது ஒன்றும் பெரிய விஷயமல்ல!" என்கின்றனர்.

யோகா பயிற்சி, வேல்பூ எஜுகேஷன், அபாக்கஸ், கராத்தே, ஸ்லோகா, சிறப்புப் பயிற்சி தேவைப்படும் மாணவருக்கு சனி, ஞாயிறுகளில் நடத்தப்படுகிறது.

இருவருக்கு ஒன்று என்று கம்ப

### \* ஆச்சுதன்



இரண்டாவது.

★ இளம்பிள்ளையிலிருந்து வருடி சந்திரிகா ஆறாம் வகுப்பு. பேச்சில் கெட்டிக்காரப் பெண்!

★ சரத் சந்திரன், ஐந்தாம் வகுப்பு, ஒவியம் வரைந்து மாவட்ட அளவில் பரிசுகள் தட்டிக் கொண்டு போவதில் கெட்டிக்காரப் பிள்ளை.

★ ஸ்ரீராம் இலக்கியக் கழகப் பேச்சுப் போட்டியில், மாநில அளவில் முதல் இந்தப் பள்ளிதான்.

★ ஸ்டாம்ப் டிசைன் போட்டியில் இலக்கியாவுக்குப் பரிசு

★ குற்றாலத்தில் நடந்த யங்டேவலப் ஸ்கீமில் பாக்யஸ்ரீக்குப் பரிசு

அழ. வள்ளியப்பா கலை விருது, வேக்ஸ்பியர் அவார்டு, கேம்லின் போட்டி, 'ஷிந்து' யங்வேர்ஸ்ட் போட்டி, என்று எந்தப் பரிசையும் இந்த மாணவ மாணவியர் விட்டு வைப்பதில்லை!

பூட்டர் பிரிவு, மாணாக்கர்களுக்கு கம்ப்யூட்டர் ஸேப், (சிறப்பு கணிவிப் பயிற்சி யு.கே.ஜி. முதல் மூன்றாம் வகுப்பு வரை) கூல வசதிகளுடன் கெம்ஸ்ட்ரி ஸேப் இறங்கி வருது. மூன்றாம் மொழியாக இந்தி படிக்க மற்றும் பேச கற்றுக் கொடுக்கிறார்கள்.

வகுப்புக்கு முப்பது பேர் என்பதால் இடம் நெருக்கடியில்லை. ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் தனித்தனியே ஸ்டேஷன் லைப் ஸ்டைல் மேசைகளும், நாற்காலிகளும் இருக்கின்றன. "அதற்கு மேல் பொனாஸ் அதிக கவனம் செலுத்த முடியாது! எங்கள் பள்ளியில் படிக்கும் மாணாக்கர்களுக்கு பிரைவேட்டியூஷன் என்ற பேச்சே கிடையாது!" என்கிறார் உமா நியாயமான பெருமையுடன்.

படங்களும், கட்டுரையும் :  
சாருகேசி



**இன்று வரையறுக்கப்பட்ட, தடித்த, சிவப்பு நிற,** செதில் செதியான இரத்த உறைக்கூட்டிகளாக தோன்றும் ஒரு தாள்பட்ட அரும நினைவாயான சொரியாசிஸ், தோயாளியின் வாய்க்காலத்தின் மீது ஒரு குறிப்பிடத்தக்க பாதிப்பை உண்டாக்கலாம் என்பதை அனைவரும் அறிவினாம் சொரியாசிஸ் இந்தியாவில் மிகவும் அதிகமாக காணப்படும் அரும நிலைகளில் ஒன்றாகும் இந்திய மக்கள் தொகையில், சுமார் 1% -க்கும் அதிகமானோர் இந்நோயால் ஆவதிருக்கின்றனர். அவ்வழியை இரத்தம் மற்றும் உடல் சோர்வு உள்ளிட்ட கணிசமான மன அழுத்தத்தை நோயாளிகளிடம் சொரியாசிஸ் உண்டாக்கலாம் நோயாளிகளிடம் உடல் சோர்வு மற்றும் தற்செயல் செயல்படும் கொள்கை மன அழுத்தத்தை சொரியாசிஸ் உடல் அக்குழுவாக உருப்படுத்தி

**அதிகமாக உடலின் மேற்பகுதி பாதிக்கப்பட்டால்,** மிகவும் கடுமையான சொரியாசிஸ், ஆக ஒருதம்பும் உள்வாங்கும் பகுதி, உடல் மேற்பகுதி பல்பின் 1 சதவிகிதமாக ஒருதம்படுகிறது எனினும், தோயாளியின் வாய்க்காலத் தாழ்ந்த பல்பைத் தூரம் சொரியாசிஸ் பாதிக்கிறது என்பதை சொறுத்தும், சொரியாசிஸின் கடுமையான பகுதி உருப்படுத்து

### சொரியாசிஸ் சிகிச்சை வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்துவது

சரியான சிகிச்சையுடன் சொரியாசிஸ் நாம் சமாளிக்க முடியும். சொரியாசிஸ் களை, பாதிக்கப்பட்ட உடலின் மேற்பகுதி சதவிகிதம் மற்றும் தோயாளியைப் சொறுத்து சிகிச்சைகள் தயார்செய்து ஒருதம்பின் மீது உருப்படுத்தப்படும் அழிவு, மென்ட் மற்றும் உடல்பகுதி யின் சதவிகித சிகிச்சை போன்றவை நோயாளிகளுக்கு சொரியாசிஸ் சிகிச்சை முறைகளாக வழங்கப் படுகின்றன. சரியான சிகிச்சையை உபயோகிப்பது மற்றும் சிகிச்சைகளை தொடர்ந்து வழங்கும்போது எடுத்துக்கொள்வது போன்றவை பெரும் பாலான நோயாளிகளில் சொரியாசிஸ்-ஆல் பாதிக்கப்பட்ட பகுதியை குறைவாக்குகிறது

நோயாளி மற்றும் மருத்துவருக்கு இடையே நம்பிக்கைப் பிணைப்பை உண்டாக்குவது, சிகிச்சை தொடர்ச்சை மருத்துவரின் பரிந்துரைகளை மேற்கொள்ள நோயாளிகளை ஊக்குவிக்கிறது

நோயாளி மற்றும் மருத்துவருக்கு இடையே நம்பிக்கைப் பிணைப்பை உண்டாக்குவது, சிகிச்சை தொடர்ச்சை மருத்துவரின் பரிந்துரைகளை மேற்கொள்ள நோயாளிகளை ஊக்குவிக்கிறது

மற்றும் இது தோயாளி இயக்கம் மற்றும் சிகிச்சைப் பயன் களை மேம்படுத்துகிறது சொரியாசிஸ் நோயாளிகளுக்கு ஆதோனாலைகளை வழங்குவது, அவர்களின் உடல் நலத்தையும் மேம்படுத்தும் கூடும் ஒரு பாதுகாப்பான மற்றும் பாதுகாப்பான சிகிச்சையை வழங்கும் அதே நேரம் சொரியாசிஸின் தடுப்புகளில் மற்றும் அரும பண்புகளில் பிணைப்பை நோயாளித் தான் அளிப்பதே சிகிச்சையின் தோக்கமாக இருக்க வேண்டும் சிகிச்சையால் தோயாளி மோதுவது பிணைப்பைப் பெறுவதில், அவர்/அவள் பிணைப்பைத் தள்ளிக்கொள்ளும் மற்று, இயங்கல் வாழத் தொடங்குகின்றனர் எனவே, சிகிச்சையின் முக்கிய நோக்கம் நோயாளியின் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்துவதாகத்தான் இருக்க வேண்டும்.

சொரியாசிஸின் முதல் உடல் சிகிச்சை ஒருதம்பின் மீது ஆயினால் மென்ட் உடல் உபயோகிப்பதுதான் அவ் உடலின் பிணைப்பைத் தடுத்து, சிகிச்சையின் அழிவை, எடத்தாளால், கோர்ட்டிகோஸ்டாயோய்ட்கள் மற்றும் மெதுவாய்க் கள் போன்றவை இதில் அடங்கும்

சொரியாசிஸ் சிகிச்சையில், அவ் உடலின் பிணைப்பைத் தடுத்து (காஸ்டிகோஸ்டாயோய்ட்கள்) மற்றும் கோர்ட்டிகோஸ்டாயோய்ட் (பீடா கெடாசோன் எடப்போயோனோட்) இணைத் தயாரிப்பு மிகவும் திறமையானதாக இருக்கின்றன.



ஒட்டு அழிவு, மிகவும் அழித்தும், இது நோய் மற்றும் தீவிரம் நோய் கென்ற தாள்பட்ட, நோய்களைத் துன்புறம் நோயாளிகளிடம் காணப்படும் அதே போன்ற உடல் மற்றும் மன நல சிந்தியாக, சொரியாசிஸ் நோயாளிகளும் துன்புறுவதாக ஏதாவதான அச்சுக்கப்பட்ட பிரகாரங்களில் ஸ்திபிக்கப்பட்ட பிணைப்பு ஒரு கட்டத்தில் இருக்கடி- சொரியாசிஸ் கற்றல்கள் உருவாக்கி, தோயாளியின் தோயளி செயல்பாடுகள் மற்றும் அரும வாழ்க்கையை சொரியாசிஸ் பாதிக்கப்படும். இது பெரும்பாலான நோயாளிகளில் நினைவாக மேலும் அதிக மேலாண்மையுடன் காணப்படுகிறது.

நாள்பட்ட மற்றும் பிணைப்பில், பிணைப்பில் நோயாளித் இயங்கல் காணப்படுக, இந்நோய் பெரும்பாலான நோயாளிகளில், பிணைத் தாள்பட்ட உடலில் மொண்டு உருப்படுதல் தாள்பட்டம் நோய் அழிவு வலுக்காத்த திட்டங்களில் இடையே உண்டாக்கப்படும் வாய்ப்பு. நோயின் சிகிச்சைத் துறத்து நோயாளிகள் தொடர்ந்து வாழ்வதற்கு உதவும் உடல்கள்.

தேசிய சொரியாசிஸ் சந்தர்ப்பம் பின்புலமுடன் சொரியாசிஸ் நோயை வரையறுக்கிறது. பெயோட்டோன சொரியாசிஸ் உடலின் மேற்பகுதியில் 2 சதவிகிதத்தை எதிர்த்து, உடல் மேற்பகுதியின் 2-சதவிகிதம் 10 சதவிகிதம் பாதிக்கப்பட்டால், மிகமான சொரியாசிஸ் ஆக ஒருதம்பும், 10 சதவிகிதத்திற்கும்

## அனுஷா நடராஜன்

● ம.பூதூர்மதி, கழிப்பட்டுர்  
நல்ல அறிவுரை ஒன்று  
கூறுங்களேன்?

யாருக்கும் அட்வைஸ் பண்ணா  
தீங்க!

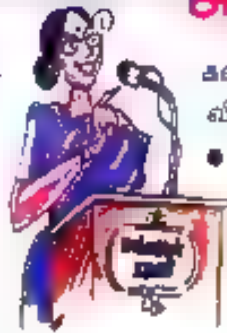
● வே.அருணாதேவி, ஈக்காட்  
இத்தாங்கல்

அனுஷா பார்க்கும் ம.வி.  
தொடர் எது?

'எங்கே பிராமணன்?' பார்க்க  
ஆரம்பிச்சிருக்கேன். மெயின் கதைமையலி  
சோனின் விளக்கங்களும், எதிரே  
அப்பாவியாக உட்கார்ந்து கேட்டுக்  
கொள்ளும் நபரின் தலை அசைப்புகளும்  
ரொம்பவே ரசிக்க வைக்கின்றன. (ஹய்யார்  
அனுஷா தயவாஸ், 'எ.பி.'னோட டி.ஆர்.பி.  
ரேட்டிங் விர்...ர்...ர்...ர்")

● ஆர்.ஜி.கமயத்ரி, மணலிவிளை  
திருமணங்களில் மணப்பெண்ணும்,  
மணமகளும் கைகளைப் பிடித்துக்  
கொள்வதன் தாத்தரியம் என்ன?

இந்த குத்துச் சண்டையைப் பார்த்  
திரைக்கீங்களுனே? கோதாவில் ஆக்ரோஷ  
மாக இறங்குமுன், புன்னகையுடன்  
கைகுத்துக்கிக் கொள்வார்கள். ஒருவேளை,

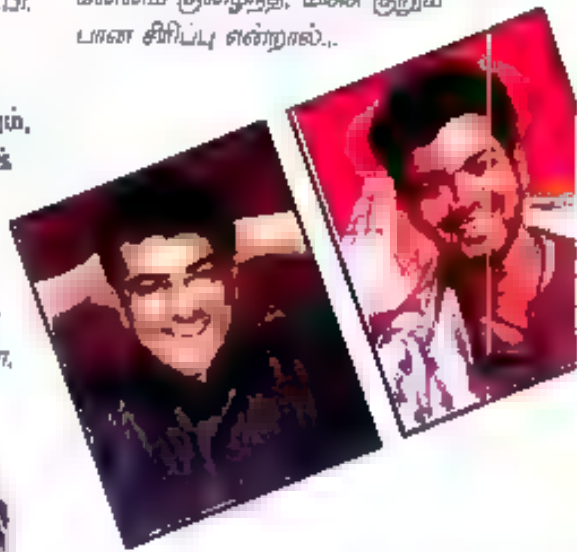


கல்யாணமும் அது மாதிரியான  
விஷயமோ?

● பி.ஹேமாம்பஜம், சென்னை - 17  
டாப் தமிழ் ஹீரோக்களில்  
புன்னகை மன்னன் யார்  
அனுஷா?

ரஜினியின் சிரிப்பில் வேதாந்  
தம் தெரியும். கமல் சிரிப்பு கொஞ்  
சம் செயற்கையாக இருக்கும். விஜய்,  
சங்கோஜி. சிரிக்கவே தயங்குவார் சூர்யா  
சிரிப்பு ரொம்ப மென்மையான!

சிரிக்கும்போது கண்ணளும் சிரிக்கணும்.  
அப்படிப் பார்த்தால், அஜீத், யாதவன்  
மட்டுமே செலக்ட் ஆவார்கள்! அதிலும்  
கன்னம் குழைந்த, மிகக் குறும்  
பான சிரிப்பு என்றால்..



மேடிதான் பெஸ்ட்! அந்த ஸ்டெல்  
விளம்பர ரொமாண்ட் சிரிப்பு செய் தூள்!

● லலிதா வெங்கட்ராமன், மயிலாப்பூர்  
'வெங்காயம், பூண்டு இவையெல்லாம்  
அரை குணங்களைத் தரக் கூடியவை (ராகு,



# புன்னகை



கேதுவிலிருந்து வந்ததினால்...) இதனால் இவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும்' என்று சில பெரியவர்கள் சொல்கிறார்கள். அதே நேரம், இவை இரண்டும் இரத்த ஓட்டத்தை, நாளங்களைச் சீர்குலைப்பன. இரத்த அழுத்தத்தைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன, இதயத்துக்கு நல்லது. இவற்றில் உள்ள album என்ற பொருள் புற்று நோய் வராமல் தடுக்கின்றது. கொலாஸ்ட்ரலைக் குறைக்கின்றது" என்று மருத்துவர்கள் சொல்கிறார்கள். இதில் எதை எடுப்பது? எதை விடுவது அனுஷா?

யோசனை மார்க்கத்தில் உள்ளவர்கள், உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டிய பருவத்தில் உள்ள இளைஞ(ள்)ர்கள், இவற்றைத் தவிர்க்கலாம். குடும்பஸ்தர்கள் மித

வரும்.

கனவுகளைக் கூட 35 எம்.எம்.ல், சாதாரணப் - வெள்ளையில் காண்கின்றேன் என்றால் பார்க்கும்கோங்கனேன்!



● வெ.ரகுநாதன், கூட்டப்பள்ளி காலனி, திருச்செங்கோடு உங்களது இதழில் எதற்கெடுத்தாலும் 'வாசகியர்' என்றே குறிப்பிடுகிறீர்கள். நாங்களும் வாசகர்கள் இல்லையா? ஆண்களாகிய எங்களுக்கு மங்கையர் மலரில் பங்கு இல்லையா? யா..? யா..? யா..? நாங்கள் 'வாசகியர்' என்று எங்கா வது தப்பித் தவறிக் குறிப்பிட்டாலும், அது வாசகர்களையும் சேர்த்துத்தான்! ஸோ... கூல் டவுன்... கூடல் டவுன்... கூல் டவுன்! பீ ஹேப்பி யா!

● எஸ்.விஜயராணி, ஒசூர்-2 என்னுடைய அபிமானப் பாடகி எஸ்.ஜானகியின் குரலில் உங்களுக்குப்



மாகப் பயன்படுத்தலாம்.

● கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி, குடத்தை நீங்கள் எளிமையின் சிகரம் என்று என் தோழி சொன்னாள். உண்மையா? நிஜம்தான்! தினசரி தூங்கும்போது



ஹீரோ யார்?

**பிடித்த பத்து பாடல்களை வரிசைப் படுத்துங்க!**

பொதுவாகவே, எஸ்.ஜானகியின் குரலில் ஒருவிதமான கீச்சிடல் இருப்பதாகத் தோன்றும்... ஆனால் அனாதையும் மீறிய உணர்ச்சிவரமான, நுட்பமான குரல் அவருக்கு!

'உன்னிடத்தில் என்னைக் கொடுத்தேன்', 'தூக்கம் உன் கண்களை', 'காற்றில் எந்தன் கீதம்', 'கண்மணியே காதல் என்பது', 'சின்னஞ்சிறிய வண்ணப்பறவை', 'சங்கத்தில் பாடாத கவிதை', 'புத்தம் புது காலை', 'வசந்த கால கோலங்கள்', 'பொன்வானம் பன்னீர் தூவது', 'தேன் சிந்துதே வானம்!' ('விடாது கறுப்பு') போல இந்த 'பிடித்த 10' வரிசையும் என்னை விடாது போலிருக்கே!

● **என்சீதாலட்சுமி, சென்னை - 40**

**குழந்தைகளை நல்லபடி வளர்க்க ஏதாவது டிப்ஸ் கொடுங்க அனுஷா!**

அவர்களை நம்மடம் போல மற்ற முயற்சிக்குக் கூடாது. நம்மளால முடியாததை அவர்களைச் செய்யச் சொல்லிக் கட்டாயப் படுத்தக்கூடாது. "குழந்தைகள் நம்மவர்கள் கிடையாது. நம்மிலிருந்து வந்தவர்கள் மட்டுமே!" என்று புரிந்து கொண்டு நடக்கலாம்! (சரி, போன மாசம் 'ஒரு வார்த்தை' வாய்ப் படிக்கலையா?)

● **லதா வேணுகோபால், திருச்சி**

கடலின் ஒசையைக் கேட்டால் 'ஓம்' சத்தம் கேட்கிறது. அதில் பிறக்கும் வெண் சங்கைக் காதில் வைத்தாலும், 'ஓம்' ஒலி

**கேட்கிறதே! இது தெய்விக ஆச்சரியமில்லையா?**

சங்கு மட்டுமல்ல, ஒரு சிறு கிணணத்தையோ, வெறும் கையைப்போ காதில் குவித்துக் கேட்டுப் பாருங்க. அதே ஒங்கா சத்தம் கேட்கும். இது ஒரு வித ஒலிப்பெருக்க (Resonance) நிகழ்வு மட்டுமே!

அறிவியல் தாத்தரியமோ... தெய்விக ஒலியோ... அந்தப் பிரளாவத்தில்தான் பிரபஞ்ச இயக்கமே அடங்கியுள்ளது.

● **பி.எல். பரமசிவம், மதுரை**

**பெயர் சொல்லி அழைக்க முயற்சி செய்தும், மனைவியை 'உ' போட்டு அழைப்பதை என்னால் விட முடியவில்லையே!** எதுக்கு விடணும்? 'உ'னய, நல்லா, ஸ்ட்ராங்கா, டேஸ்டா தானே போடறீங்க? அப்புறமென்ன. தைரியமா பேர் சொல்லி, அவங்களை எழுப்பி, கையிலே தேநீர்க் கோபளபனையத் தர வேண்டியதுதானே?

● **மல்லிகா அன்பழகன், சென்னை**

**திருமணநாளை எப்படிக் கொண்டாடுவீர்கள்?**

இரண்டு நிமிஷம் மௌனம் அலுவசரித்துத்தான்!

● **எல்.மோஹனசுந்தரி, கிருஷ்ணகிரி**

**ரீ மிக்ஸ் பாடல்களில் ரசித்த பாடல்?** 'தொட்டால் பூ மலரும்' மட்டுமே! மற்ற தெல்லாம் எரிச்சலின் உச்சம்! குறிப்பாக 'லத்தப்பழம்!' பாடல்!



**ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் தனியா, ஆறு மிளகு சேத்து எண்ணெயில் வறுத்துப் பொடித்து, புளிக்காய்ச்சலை சாத்துடன் கிளறும்போது கலந்து பிசைத்தால், புளியோதரை எக்ஸ்ட்ரா டேஸ்டாக இருக்கும்.**

- **ஏ.வாசுதி, திருவத்திபுரம்**



**ஏஞ்சல்ஸ்®**

1981

ஆர். வயங்குடா சிவசாமி (19) ■

ஹேர், ஸ்கின் & பாடி கேர்

**Angels**  
(Since 1991) Advanced Clinic Pte. Ltd.

(Since 1991)

Advanced Clinic Pdt. L.L.C.

**HAIR, SKIN & BODY CARE**

## COSMETIC CLINIC

**GOOD BYE !  
TO BALD HEAD  
WITHIN 1 HOUR  
THRU  
SILICON SYSTEM®**

தமிழகம் முழுவதிலும் அகதி (ஒதுக்கீடு) Y  
கண்காணிப்பு அமைப்பை, கருவிகள், கருவிகள்  
தமிழகம் முழுவதும் அகதி (ஒதுக்கீடு) Y  
கண்காணிப்பு அமைப்பை, கருவிகள், கருவிகள்  
தமிழகம் முழுவதும் அகதி (ஒதுக்கீடு) Y  
கண்காணிப்பு அமைப்பை, கருவிகள், கருவிகள்

(சிறைக்காரன் சிவந்தம்)



தேய்வதற்கு உடல் எண்ணெய் சூதாக்கப்படுத்துவதற்காக உடல்  
நெய்யை வெளியேற்றி, எஞ்சியிருக்கும் சிறு அளவு எண்ணெயை சிவந்த  
அவற்றை வசூலிப்பது, துறைமுகத்தில் அகலா நெய்  
பெருகுவதால், நெய், பரு, பரு, புரூ, லட் நெய் வற்று  
சிவந்தவர்களை ஒலக் உடல் எண்ணெய் பீடு அழிவு அளவில்  
உடல் எண்ணெய் வற்று எஞ்சியிருக்கும் சூதாக்கப்படுகிறது.  
துறைமுகம் அகலா எஞ்சிய பெருமளவுக்குள் பெருகிறது.  
மேலும் உடல் உடல் அளவை Figure  
Correction என்ற சரி செய்திருக்கிறது.

[illegible]

**NO MORE  
WORRY OF  
UNWANTED  
HAIR**

## WEIGHT REDUCTION TREATMENT AT ANGELS



(E.g. UpperLip, Chin, Cheeks, Abdomen, Chest, Ear)

[illegible]

**HAIR FALL CONTROL &  
REGROWTH IS POSSIBLE  
FOR LADIES THRU'  
PHOTO LASER THERAPY**

**CHENNAI:** AA1, 1st Cross St., 3rd Main Road, RVR Towers, 2nd Floor, Annanagar, Chennai - 40. Ph: 044-26212547 / 26213488. Cell: 98400 46599. [angel@angelgroup.co.in](mailto:angel@angelgroup.co.in)

விஜய் டிவி-வில் 10.30 முதல் 11.00 மணி வரை ஒளிபரப்பாகும்.  
www.vijaytelevision.com

**COIMBATORE:** RR Complex, V.O.C. Road,  
117/B, West Sambandham Rd, B.S.Puram,  
Coimbatore. Ph: 0422 - 6547577, 2547889.  
Cell: 92444 15899

● Hyderabad - (040)23222111, 88368999  
● Bangalore - (080)41153995, 41153996, 09845566799

**\*THESE RESULTS WERE OBTAINED USING THE LOGITEST COMMAND WITH SEVERAL LINK FUNCTIONS**

# குக்கரி கீஸீன்!

மிகள் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி

குக்கரி தர்பாரில் கூலந்துக் கொள்ள சமையல்  
ரானரிகளை அழைக்கிறோம். ஒரிலினம்  
சமையல் குதர்ப்புகளளத் தெவரிவாக வழறி  
கீழே உள்ள கூப்பனையும் ரிரப்பி அனுப்புங்க:  
தேர்ந்தெடுக்கப்படும் ஈந்து பரளரிகளுக்க

துணை ரூ. 250 பரிசு!

குக்கரி கீஸீன் சமையல் போட்டி (ஜூலை)  
கூப்பப்பகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருட்கள் :  
அரிசி மாவு + தெய்

பெயர் : .....

குகவரீ : .....

கடைசித் தேதி : 25.7.2008

பெய்கள் வருடத்துக்கு இரண்ட  
முறையாவது மருதாணி இட்ரிக் கொள்ள  
வேண்டும். இதனால் நக இட்ரிக் துவரின்  
இருக்கும் விஷக்கி துவிகளளத் கொல்லும்  
சக்தியைப் பெறலாம். உடல் குத  
குறையவும், சரும விரிவதி. கசால். கொத்  
நோய்களும் நீங்க. மருதாணி இலாவலை  
அரைத்துப் பூசவும்.

எலுமிச்சம் பழச்சாறை. அடிக்கடி

அதற்குமாம் வலிறு குத் குளறந்து பம்ப  
வயத் துரிச்சி. அரை மயம். மூலவலரிகள குத்  
துணத்து வலரிகளளத் இட்ரிகும். கொலும்.  
கூப்ப பரிசும். அலவாக் கொடுப்படி. வலிறு  
வலி. துவர்த்துல் பதவலவ வலி. துவர்து  
துவர்த்துல்.

பயன்பரிச்சை. உடல் ரிசாவை.  
குதர்ப்பப் பரிச்சை அலவ இட்ரிக் முறாய்  
இறுதி. பரிச்சை, பரிச்சை, பரிச்சை, பரிச்சை  
பரிச்சை. பரிச்சை. கக்குத் பரிச்சை  
அதற்கி. உலவலித் இட்ரிகி. பரிச்சை  
பரிச்சை.

- லக்ஷ்மி சிவசுமார்,  
சென்னை



மருந்துவீட்ட  
கொடுத்து நன்மைகள்!  
கல்வாய் மண் ஜூலை 2008





**கூண்டும் நான்  
நனைத்த மாதிரி...  
மனதுக்குப்  
பிடித்த மாதிரி...**



**Sleek**



**Astra 700**

**அமிர்த்தா கிரைண்டர் மற்றும் மிக்ஸி**

**Style · Quality · Smoothness**

உணவத்தரமிக்க கிரைண்டர்கள் வசூலி வரும் அமிர்த்தா கிரைண்டர் அனைத்து உணவத்தை நரத்துடன் கூற்றுவின் மிக்ஸினை. உங்கள் குடும்பம் மற்றும் பயன்பாடுகளை ஏற்ற பல்விதமான மாடல்கள். இனி மேல் உங்கள் குடும்பம் சுகி வாழ்வை காண்க...

**அமிர்த்தாவிற்கு நிம் அமிர்த்த மட்டுமே**



**Slk**



**Alu**



**Ace**



**TH**

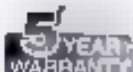


**Astra 550**

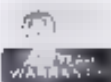
**அமிர்த்தா®**

**கிரைண்டர் & மிக்ஸி**

**இல்லத்தில் அமிர்த்தா... உங்கள்தான் நிம்மதி.**



\*on motor. 2 year on plastic



Available with 110V motor for America and Canada

Available at all leading outlets. \*Only for A.S. 1 year warranty on motor & 3 year warranty on motor

[www.amritha.com](http://www.amritha.com)

Authorized Distributors : Chennai Ph: 26481013, North Arcot Cell: 98943 15321, South Arcot Cell: 94434 40068, Pondy Ph: 2234342, Thanjavur Ph: 238561, Madurai City Cell: 97867 00927, Madurai Up Country Cell: 99441 22077, Tirunelveli & Uthorin Ph: 99949 20275, Nagercoil Cell: 93605 83375, Trichy Ph: 2700728, Salem Cell: 98427 88377 Coimbatore Ph: 8249990, Calicut Ph: 2788433, Bangalore Ph: 41513919, Mumbai Cell: 098191 33810

Made by: Minn Engineers (I) P. Ltd., Erode - 4, Ph: 0424 - 2227050, 2214259 E-mail: amritha\_grinder@yahoo.com

## கல்லூரி நினைவுகள்...

இந்த கறுப்பு வெள்ளை புகைப்படத் தைப் பாருங்கள். நான் கல்லூரியில் படித்த பொழுது என்.எஸ்.எஸ். முகாமுக்காகப் பத்து நாட்கள் 'வாள்அமர் கோட்டை' என்ற கிராமத்துக்குச் சென்றிருந்தபோது எடுத்தது! அப்பொழுது பெய்த பெருமழையால் அவ் லூரில் ஆற்றில் உடைப்பு ஏற்பட்டிருந்தது. அனாத் சீராக்கும் பணிக்காக நூற்று ஐம்பது மாணவிகள், மூன்று ஆசிரியர்கள், இரண்டு சமையல்காரர்களுடன் சென்றிருந்தோம்.

அங்கு நாங்கள் பெருமை வாய்ந்த சிவன் கோயிலின் சாவடியில் தங்கி, கோயில் குளத்தில் குளித்தோம். அப்போது மார்கழி மாதம் அதிகாலையில் கோயிலுக்குச் சென்று பிரார்த்தித்து, கடக்கட அவர்கள் கொடுக்கும் பிசாதுங்களை ருசித்து, காவையினை எட்டு மணிக்கெல்லாம் முடித்துக் கொண்டு உடைப்புக்குப் போய் விடுவோம்.

பிறகு ஐந்து மணிக்கு சாவடிக்கு வந்து, எல்லா வேலைகளையும் முடித்துக் கொண்டு பொதுவான ஓர் இடத்தில் கூடுவோம். எங்களில் ஆடத் தெரிந்தவர்கள் ஆட, பாட முடிந்தவர்கள்

பாட, பாட்டுக்குப் பாட்டு, மிமிக்கரி, விடுகதைபோடல், கதை சொல்லல் என்று நாங்கள் அசத்துவோம். பதிலுக்கு, கிராமத்தவர்கள், நாட்டுப்புறப் பாடல்களை பாடி எங்களை மகிழ்விப்பார்கள்.



## சிராமியச் சிறப்பிதழ்

பத்து நாள் முகாமில் கிராமத்தைப் பற்றி சிறிதும் அறிந்திராத மாணவிகளுக்கட அனைவரிடமும் அன்யோன்யமாகப் பழகி வார்கள், சிலருக்கு சளி, காய்ச்சல் வந்தது. ஆடம்பரமாகப் பேசி, வெகு அலட்டாக நடந்துகொண்ட மாணவிகளுக்கட அப்பொழுது அன்போடு பேசி, உணவு, மருந்து கொடுத்து உதவியதைக் கண்டு அனைவரும் நெகிழ்ந்தோம்.

நாங்கள் இரவில் வெளியில் எழுந்து சென்றபோதெல்லாம் ஊரார் அரிக்கேன் விளக்கை வைத்துக்கொண்டு காவல் புரிந்தார்கள்.

என் மனத்தில் மறக்க முடியாத கிராமமாய் 'வாள்அமர் கோட்டை' பதிந்துவிட்டது.

- இத்திராணி தங்கவேல்,  
மும்பை - 38

## மறக்க முடியாத பொக்கிஷம்!











# உயர்நீதிமன்றம் பெரிய நேர்மையான பெரிய நேர்மையான



பெரிய நேர்மையான பெரிய நேர்மையான



பெரிய நேர்மையான பெரிய நேர்மையான  
பெரிய நேர்மையான பெரிய நேர்மையான  
பெரிய நேர்மையான பெரிய நேர்மையான  
பெரிய நேர்மையான பெரிய நேர்மையான  
பெரிய நேர்மையான பெரிய நேர்மையான  
பெரிய நேர்மையான பெரிய நேர்மையான







மாண்புமிகு கல்வி அமைச்சர்  
தமிழ்நாடு



மாண்புமிகு கல்வி அமைச்சர்  
தமிழ்நாடு



“என்னது மகாகவி பாரதி இறந்து எத்தனை வருடமாச்சு? பாரதியை எப்படி பாட்டியின் பாடல் கவர்ந்திருக்க முடியும்?”



சுற்றறிந்தோர் அனைவரையும் கவர்ந்தது. ஆம். பாரதியார் பல்கலையால் கவரப்பட்ட பாட்டிதான், நெல்லை மாவட்டம் வாக தேவநல்லூர் அருகிலுள்ள வெள்ளானைக் கோட்டையில் வசிக்கும் சி.இராமாத்தான்.

இக்கிராமத்தில் ஆண்டு

# பாரதியைக் கவர்ந்து

என்று கேட்கலாம். எழுதவும், படிக்கவும் தெரியாத என்பத்தொரு வயதுப் பாட்டியின் முளைப்பாரி கும்மிப் பாடல் கோயம் புத்தூர் பாரதியார் பல்கலைக் கழகத்தில்

தோறும் ஆவணி மாதம் வரும் வளம்பிறை செல்வாய்க் கிழமையில் சந்தையாரி யம்மன் கோயில் பூக்குழி (கீமிதி) திருவிழா நடைபெறுகிறது. பதினைந்து நாட்கள்



விரதமிருந்து காப்புக்கட்டி பக்தர்கள் பூக்குழி இறங்குவர்.

ஒரு வாரத்துக்கு முன்பிருந்தே நான்கால் நாட்டித் திருவிழா நடக்கும். அன்றிலிருந்து முளைப்பாரி வளர்க்கத் தொடங்குவர். தினமும் இரவில் முளைப்பாரி கும்மிப் பாடல்கள் பாடி நிறைவாக அம்மனுக்கு பூஜை நடைபெறுகிறது.

மூல முதற்பொரு ளான விநாயகப் பெருமானைத் தொழுது பாடலைத் தொடங்கும் பாட்டி, விதவிதமான மெட்டுகளில் கும்மிப்



**கிராமியச் சிறப்பிதழ்**

# பாட்டியின் பாடல்!

முளைப்பாரி கும்மிப்பாடல் பாடும் சி.இராமாத்தானை விழாக்குமுவினர் வீடுதோடி வந்து அழைத்துச் செல்வர். முளைப்பாரி கும்மிப் பாடல் தொடங்கும் முன்பாக, கோயில் முன்பு ஒரு சிறிய கூலயம் அல்லது செட்டி, வெள்ளி குடத்தில் தீர் நிரப்பி, நடுவில் மாலிலை வேப்பிலை வைப்பார்கள். முத்தியில் தேங்காய் வைத்து மானை சூட்டுவர் அது அம்மனாகக் கருதப்படுகிறது.

கும்பத்தைச் சுற்றி நின்று பந்து வயதிலிருந்து வயதான பெண்கள் வரை, வட்டமாக ஆடி கும்மி அடிப்பர். நடுவில் பாடசர் கும்மிப் பாடல்களைப் பாட, பெண்கள் திருப்பி அதைப் பாடுவர். வலது கையால், இடது கையைத் தட்டி ஒலி எழுப்புவர். முன்பாக இரண்டு தட்டும் மின் வலது பக்கம் ஒரு தட்டும் தட்டுவர். அப்படித் தட்டிக் கொண்டே பாடலையும் பாடுவார்கள்.

"முத்தி முத்தி நாயகனே  
முருக சால்வதியே!  
கத்தனுக்கு முன்பிறந்த  
கணபதியே வாருமய்யா  
கருணை மாரி கதைபடிக்க  
அருள்நரவே வாருமய்யா..." என்று

பாடல்களைப் பாடுவார். சில நேரங்களில் கும்மிப்பாடலைக் கேட்டு அருள்வந்து ஆடுபவர் கூடும் உண்டு.

பதினாறு வயதில் இருந்தே பாடி வரும் பாட்டி இந்த வயதிலும் குரல் மங்காமல் பாடி வருகிறார். அதை அம்மனுக்கு செய்யும் கடமையாகக் கருதும் பாட்டி, சன்மானம் எதுவும் பெற்றுக் கொள்வதில்லை.

அம்மன் வர்ணனை, முளைப்பாரி வர்ணனை, திருவிழா வர்ணனை என்று பலவிதங்களில் பாடி வருகிறார். தன்னுடைய காலத்துக்குப் பிறகு இப்பாடல்களை யார் பாடப் போகிறார்கள் என்ற ஏக்கத்தைத் தீர்க்கும் விதமாக அமைந்தது இல்லுரைச் சேர்ந்த ஆசிரியர் பா.இசக்கி முத்துவின் எம்.ஃபில் பட்ட ஆராய்ச்சி.







எள்ளுப்பாட்டி - லக்ஷ்மி அம்மாள், கொள்ளுப் பாட்டி - சீதாலக்ஷ்மி அம்மாள், பாட்டி - லக்ஷ்மி விருஷ்ணன், அம்மா - வித்யா மணிகண்டன், குழந்தை - பூஜிதா

அவர் கோயம்புத்தூர் ராமநகர் அருகிலுள்ள காட்டுர் 'செவன்த் டே அட்'வெண்டிஸ்ட் மெட்ரிக் மேல்நிலைப் பள்ளியில் வரை முதுகலை தமிழாசிரியராகப் பணியாற்றினார். அப்போது எம்.பீல் (தமிழ்) நாட்டுப்புறவியல் துறை மூலம் பாரதியார் பல்கலைக்கழகத்தில் 'வெள்ளானைக் கோட்டை அருள்மிகு சந்தனமாரியம்மன் கோயில் வரலாறும் வழிபாட்டு முறைகளும்' என்ற தலைப்பில் ஆய்வேடு சமர்ப்பித்தார்.

ஆய்வேட்டில் கி.இராமாத்தாளின் முளைப்பாரி கும்மிப்பாடல்கள் முழுவதையும் தொகுத்துப் பதிவு செய்தார். 'பைலா' எனப்படும் வாய் மொழித் தேர்வில், கீழ்க்கண்ட பாடலை ராகம் போட்டு பாடினார் ஆய்வாளர் இசைக்கிழுந்து.

**கத்திரிப் பூச்செண்டு பட்டுடுத்தி - மாரி கடை வீதியில் வாராளாம்**

**காமையில் போல சந்தனமாரிக்கு கடல் முழங்கவே வானங்களாம் மல்லிக பூச்செண்டு பட்டுடுத்தி - மாரி மந்த வீதியில் வாராளாம் மாங்குயில்போல சந்தனமாரிக்கு வானமுழங்கவே வேட்டுகளாம்...**

இதுபோன்று பல பாடல்கள் அவை யோரைக் கவர்ந்து கைநட்டல்களைப் பெற்றன. இது இராமாத்தாளின் பாடல் வரிசைக்குக் கிடைத்த பாராட்டு எஸ்.மாஸ் மிகையில்தான். பத்து முதல் முப்பத்திகள் வரை உள்ள முப்பத்து ஆறு பாடல்கள் மொத்தம்.

**"எதையும் நான் எழுதி வெச்சுக்கிட்டுப் பாடறதின்தான். அந்த மாரியம்மனை நினைச்சுப் கூப்பேன். பாட்டா வந்து விழும். அதுவ கிராமத்துத் தமிழும் பத்தியும் இருக்கிறதா பாராட்டறாங்க. எல்லாம் அந்த அம்மன் அருள்"** என்கிறார் அடக்கத்துடன் இராமாத்தான்.

- க.இராஜேஸ்வரி, தெல்லை

**நம்பிக்கை**



# தானியலக்ஷ்மி வாழ்மா!

காவிரி டெல்டா கிராமப் புறங்களில் நெல் அறுவடை காலங்களில் ஊரே புதிய கோலம் கொள்ளும். அமாலாசை முடித்து வரும் வளர்பிறையில் ஒரு நடவ நாள் பார்த்து வீடு, வாசல் சுழலி விடியாற்காலை யில் சிறிய புல்லுக்கட்டு சைலில் முற்றிய நெற்க்கதிரை அறுத்து வருவார்கள்.

நெற்க்கதிரை, சாமி சூம்பிலும் இடத் தில் வைத்து, பயபக்தியுடன் பூஜை செய்து



**கிராமியச் சிறப்பிதழ்**

கும்பிடுவார்கள். மறுநாள் அவைக் காய வைத்து உதறி, அடுத்த வருடம் வரை ஒரு பாண்டியில் போட்டு வைப்பார்கள். பிறகு, அந்த நெல்லைக் கொடுத்து உப்பு வாங்கு வார்கள். இப்படிச் செய்தால் வீட்டில் தானியலக்ஷ்மி நிறைந்து இருப்பாள் என்பது நம்பிக்கை.

இது போன்றதொரு கடங்கு, நூற்று நடவு அன்றும் நடக்கும். நடவுப் பெண்கள் சிறு நூற்று முடிகளை எடுத்து முடிந்து, பெண்போல் சிங்காரித்து நகை போட்டு ஆலம் துவணரீரில் வைத்து குவளை போட்டுக் கொண்டு வீட்டில் வந்து வைப்பார்கள். இதற்கு 'இளமுடி' என்று பெயர். மறுநாள் காலை இதை எடுத்துப் போய் நடவு செய்வதைப் பார்க்கவே மாங்களாகரமாக இருக்கும்.

- சுத்யா ரவிச்சந்திரன், நாகை

நிறல்கள் சுமந்த புள்ளைக  
வினை போகும் பூமியிலே  
நிறுத்தை மட்டுமே தன் வசமாக்கிய  
கிராமத்து ஒலியமாய்  
உன் புள்ளைக!

- ம.காயத்ரி அன்னபூரணி,  
நரோடு

**கிராமத்து  
ஒலியமாய்...**



# முட்டுவலிக்கு அறுவைசிகிச்சையில்லாத

அமெரிக்காவில் உள்ள தேசிய விண்வெளி உயிர் மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிலையம், நாசா (NASA)வின் உதவியுடன் தீண்ட காலம், விண்வெளிப் பயணிகளின் ஆரோக்கியம் பராமரிப்பதற்காக, சுமார் 60 கல்வி நிலையங்களில் ஆய்வுக் குழுக்களுடன் சேர்ந்து ஆய்வு நடத்தியது.

விண்வெளி ஆய்வாளர்களுக்கு பூமியில் ஏற்படும் மருத்துவ பிரச்சனைகள் ஏற்படுகிறது. கீழ்வரும் பல

4. கதிர்வீச்சின் வெளிப்பாட்டினால் வரும் விளைவுகள்.

5. நரம்பு தளர்ச்சி மற்றும் மனவியல் பாதிப்புகள்.

6. உறக்கம் பாதிக்கப்படுதல் மற்றும் விண்வெளியில் உள்ள மாகக்களால் பாதிக்கப்படுதல்.

இந்த NSBRI ஆய்வுகளில் மிக முக்கியமான ஒன்று எலும்பு ஆரோக்கியம் மற்றும் சிதைந்த எலும்புகளை புதுப்பித்தல். மேலும் புரோட்டான் கதிர்வீச்சினால் மனித செல்கள் எவ்வாறு பாதிக்கப்படுகின்றன அவற்றை தடுக்கும் முறைகள்



மருத்துவக் கோளாறுகளுக்கான அறிகுறிகள் மற்றும் தீர்வுகள் பற்றி ஆய்வு செய்யப்பட்டது. அவை.

1. எலும்பு மற்றும் தசை இழப்பு.
2. இருதயத்தில் பாதிப்பு மற்றும் மாற்றம்
3. உடல் சமநிலை மற்றும் ஆரோக்கியம் கெடுதல்.

போன்றவையாகும்.

இந்நிறுவனம் கண்டறிந்த திறன் வாய்ந்த (PST) (கதிர் உமிழ்தல்) எனும் சிகிச்சை நமது மென்எலும்பின் (Cartilage) வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது. ஐரோப்பியர்கள் 20 வருடங்களாக, சுமார் 1 லட்சம் நோயாளிகளின் ஆஸ்டியோ ஆர்தரைடிஸ், குமடாய்டு ஆர்தரைடிஸ், லிகமென்ட்,



# அமெரிக்காவின் வெற்றிகரமான ஆராய்ச்சி



எமிட்ரான் பாதிப்பை எமிட்ரான் சிகிச்சை மூலம் பூரணமாக குணப்படுத்தி வருகிறார்கள்.

எமிட்ரான் சிகிச்சை முறையில் தொடர்ந்து 18 நாள் தினமோ (அ) ஒரு நாளில் இரண்டு முறையோ சிகிச்சை பெற வேண்டும். இந்த சிகிச்சை முறை, நம் மூட்டுகளை சுற்றி இருக்கும் மின் அலைகள், நமது திசுக்கள் மற்றும் சிதைந்த கார்டிலேஜ் எனும் மென் எலும்புகளை புதுப்பிப்பதற்கு பயன்படுகிறது. ஆஸ்டியோ ஆர்தரைடிஸ் மற்றும் வீக்கமடைந்த மூட்டுகளில் பாதிப்பு ஏற்படும் போது இந்த மின் அலை பாதிக்கப்படுகிறது. PST எனும் இந்த எமிட்ரான் சிகிச்சை தடைப்பட்ட மின் அலைகளை சரிசெய்து இயற்கை முறையில் மென் எலும்புகளை புதுப்பிக்க உதவுகிறது. எமிட்ரான் சிகிச்சை பகுதியில் மின்காந்த அலைத்தூண்டப்படுகிறது. அறிவியல் பூர்வமாக பார்த்தால், இந்த மின்காந்த அலை மூட்டுகளுக்கிடையே அழுத்தத்தை உண்டாக்கி, மென் எலும்பை சுற்றியிருக்கும் ஹைட்ரஜன் அணுவை வெளிக்கொணர்ந்து அவற்றை தூண்டி புதுப்பிக்கிறது. இதற்கு ஒழுங்குப்படுத்துதல் (Streaming) எனப்பெயர். அமெரிக்கர்களில் 85% மக்கள் எமிட்ரான்

சிகிச்சைக்குப் பிறகு தங்களது தினசரி வாழ்க்கை முறையில் நல்ல முன்னேற்றத்தை உணர்கிறார்கள்.

சென்னை ஆக்ஸிமெட் மருத்துவமனை இறக்குமதி செய்த எமிட்ரான் கருவியின் மூலம் ஒரு வருடமாக பல நோயாளிகளுக்கு

சிகிச்சை அளித்து 80 சதவீதத்திற்கு மேல் வெற்றி பெற்றிருக்கிறார்கள். அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் ஆஸ்டியோ ஆர்தரைடிஸ் மற்றும் அனைத்து மூட்டு சிகிச்சைகளுக்கும், ஆர்த்தோ - ஷி துளைக்காத சிகிச்சை பிரிவு எனும் தனிப்பிரிவில் ஆக்ஸிமெட் மருத்துவமனை நிரந்தரத்தீர்வளிக்கிறது.

மேலும் ஆக்ஸிமெட் மருத்துவமனை இந்த எமிட்ரான் சிகிச்சைக்கான அனைத்திந்திய விற்பனை மற்றும் சேவை உரிமம் பெற்று, இந்த சிகிச்சையில் விருப்பமுள்ள மருத்துவர்களுக்கும், பரம்பரை வைத்தியர்களுக்கும் உதவி அறுவை சிகிச்சையின்றி மூட்டு வலியில்லாமல் அனைவரும் நடக்க உதவி வருகிறார்கள்.

**மேலும் விவரங்களுக்கு**



**OXYMED HOSPITALS**  
PRIVATE LIMITED  
CLOSE TO YOUR HEART

Phone : 42131010 / 1014 / 1016  
email : oxymedhospitals@yahoo.com  
www.oxymedhospital.in



இணைத்து வழங்கும்

எம்பிராய்டரி கத்துக்கலாம் வாங்க!



அடிவாரில் ஸ்டைல் எம்பிராய்டரி, கவுண்டி திரை எம்பிராய்டரி,  
பயிற் ஓர்க் எம்பிராய்டரி, கத்து எம்பிராய்டரி கின்னும் கின்னும்...

பயிற்சி தேம்: காலை 10 மணி முதல் 1 மணி வரை அல்லது  
மதியம் 2 மணி முதல் 5 மணி வரை

(சூறிப்பு : முதல் நூள் காலை வகுப்புக்கு வருபவர்கள், மறுநாள் காலை  
வகுப்புக்கும், முதல் நூள் மாலை வகுப்புக்கு வருபவர்கள் மறுநாள்  
மாலை வகுப்புக்கும் வர வேண்டும்.)

பயிற்சி மையம் - தஞ்சாவூரில்..

நாள் : ஐந்தாம் 2009, 18, 19, சனி, ஞாயிறு இரண்டு குழுக்களாக

இடம் : பாரத் காலேஜ் ஆஃப் சயின்ஸ் அண்ட் மேனேஜ்மென்ட்,  
திருச்சி ரோடு, புதிய பேருந்து நிலையம் அருகில், தஞ்சாவூர்

பதிவு செய்ய : மாங்கையர் மலர் : 044 - 4343 8888 / 94441 59328

செலக்ஷன் டெக்ஸ்டைல்ஸ் - (04362) 304847, 231437, 99447 0207

எம்பிராய்டரி ரிங் கிருந்தால் கொண்டு வரவும். கிம்மலையத்தால் பயிற்சி மையத்திலேயே கிடைக்கும்.

300 ரூபாய் மதிப்புள்ள எம்பிராய்டரி கிட் பயிற்சி மையத்தில்  
150 ரூபாய்க்கு கிடைக்கும்.. எம்பிராய்டரி கிட்  
அவசியம் தேவை.

இரண்டு நாட்கள் பயிற்சி முடிவில்  
சான்றிதழ் வழங்கப்படும்.

உங்கள் பெயர் மற்றும் ஃபோன் நம்பருடன்  
மேற்குறிப்பிட்டுள்ள தொலைபேசி எண்களில்  
தொடர்பு கொண்டு உடன் பதிவு செய்து கொள்ளவும்.



**எம்பிராய்டரி கத்துக்கலாம் வாங்க! - 4 - தஞ்சாவூர்**

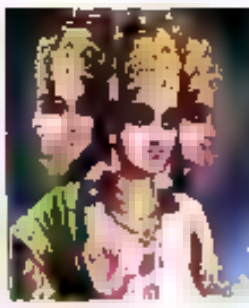
பெயர் : .....

வயது : .....

விலாசம் : .....

.....





## ரூ. 5.000 பரிசு ஆன்மிகப் போட்டி-5 பரிசுபெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்!

1. டி. எம். கனகம், குன்னூர்,  
2. பி. சுசந்தா, சென்னை-1, 3. எஸ். பத்மா  
வதி, சென்னை-53, 4. கே. பத்மா, ஊர்ப்  
பாக்கம், 5. எஃப். முர்சிதா, காயல்பட்டி  
னம், 6. ஆர். ஜெயந்தி, மைசூர், 7. ச. தங்க  
ரத்தினம், கோவில்பட்டி, 8. ஆர். ஹரிதா  
ராஜ், உடுமலைப்பேட்டை, 9. எஸ். சீதா  
லக்ஷ்மி, மதுரை, 10. ஏ. வி. சிவசங்கர்,  
தஞ்சாவூர், 11. ஏ. குமுதா, ஓட்டன்சத்திரம்,  
12. ஆர். ராதா, சேலம், 13. ஜி. ருக்மணி,  
பாவையங்கோட்டை, 14. ஒம். சுபபிரியா,  
திருச்சி, 15. உமாமகேஸ்வரி, பெங்களூரு,  
16. டி. வி. சங்கரியம்மா, கிருஷ்ணவிரி,  
17. புலனாமணி, திருச்சி, 18. எஸ். பூர்மதி,  
கன்னியாகுமரி, 19. நாகலக்ஷ்மி,  
காரியங்கலம், 20. பி. ராஜேஸ்வரி,  
புதுவிளாங்குடி.

**ஆக 2009ல் வெவ்வேறு  
ஆன்மிகப் போட்டி-5 விடைகள்**

1) கங்கை, 2) திருச்செந்தூர், 3) பெரி  
யாழ்வார் 4) செல்வாய், 5) சத்யலோகம்,  
6) 18, 7) சித்ரகுப்தன், 8) கௌசல்யா  
கப்ரஜா ராம, 9) இந்திரன், 10) வைகை

மங்களம் மலர் ஜூலை 2009



**A true  
black never  
fades with  
competition.**



**Blauk Rouse®**  
KALIMEHANDI

E-mail: [kalimehandi@gmail.com](mailto:kalimehandi@gmail.com)  
Website: [www.kalimehandi.com](http://www.kalimehandi.com)





தாத்தா : ஆர்.கப்ரமணியம்  
பாட்டி : எஸ்.மீனாட்சி  
பேரன் : ஆர்.அட்சயன் கப்ரமணியன்



தாத்தா : கே.கே.பெருமாள்  
பாட்டி : இராஜேஸ்வரி  
பேரன் : தேஜேஸ்வரன்



தாத்தா : விசம்பத்ருமான்  
பாட்டி : எஸ்.உமாசுரணி  
பேத்தி : சாத்தி



தாத்தா : ஜி.கோவிந்தராஜன்  
பாட்டி : ஜி.காஞ்சனா  
பேத்தி : ஆர்.வர்ஷா



தாத்தா : கிருஷ்ணப்ரசாத்  
பாட்டி : செளந்தரவல்லி  
பேரன் : அத்தைத்  
பேத்தி : அனன்யா



தாத்தா : வி.ராமகப்ரமணியன்  
பாட்டி : ஆர்.வள்ளி  
பேரன் : எஸ்.சபரிஷ்

**என் செல்லமே!**

# வரலட்சுமி விரத பூஜைப் பொருட்கள் மற்றும் அன்பளிப்பு பொருட்கள்

88 வது பாரம்பரியம் மிக்க

மயிலாப்பூர்

## விஜயா ஸ்டோர்ஸ்

பூஜைக்கு தேவையான மஞ்சள், குங்குமம், சீப்பு, கண்ணாடி, கலாயி அலங்கார பொருட்கள், அம்மன் முகம், அம்மன் பாலடை, கீட்டம், தெஞ்சப்பட்டை, தூசு, சாக மாலை, வாகை மாலை, காலோலை கருகமணி, அஷ்டலக்ஷ்மி குடம், செம்பு, மண்டபம், மிளகாட்டி, பித்தளை, ஒலி-மெட்டல், செம்பு, தூண்டி கிராப்ட், அன்பளிப்பு பொருட்கள் மற்றும் பரத நாட்டியத்திற்கு தேவையான அளவத்து பொருட்களும் கிடைக்கும்.



அலங்காரம்  
செய்யப்பட்ட  
அம்மன் கலசம்!



### VIJAYA STORES

# 42, (Near Kapalbhoswar Temple Office)

# 78, (Near Nallur Bar)

North Mada Street, Mylapore, Chennai - 6.

T: 2464 2500, 2499 7555 & 2484 3250 (M)

மகிழ் மனம்  
கவனம் ஒரு  
பாரம்பரிய  
கலை.



### சாய்சரண்

#### முதியோர் இல்லம்

ஒருவரது வாழ்நாளின் முதுமை கட்டத்தில் அவர்களுக்கு தேவைப்படும் ஆதரவும், இன் முகமும், பாசமும் கொண்ட பணிலிடையை செய்யும் வகையில் உண்டாக்கப்பட்டது "சாய்சரண் டிரஸ்ட்" அத்தகைய பெரியோர்களை கவனித்துக்கொள்ள உங்கள் ஆதரவை வரவேற்பதன் மூலம் இந்த அமைப்பின் சீரிய செயல்பாட்டை மேன்மையடையச் செய்ய விழைகிறோம்.

இவ்வுத்திற்கு தேவையான பொருட்கள், நன்கொடைகளை "Saicharan Trust" க்கு அனுப்பி வைக்கவும்

விவரங்களுக்கு

43, தெற்கு மாடலீதி (சித்ராஞ்சம் எதிரில்) மயிலாப்பூர், சென்னை-4 போன் : 24950218, 2495 2319



### சுபயாத்ரா



#### ஜிரிடி சாயிபாபா தரிசனம்

ஜிரிடி - சனி சிங்கனாபூர் - மஹாகணபதி பிரதி புதன் - (4 நாட்கள்) ரூ.2500/- (ரயில் - பஸ் - தங்கும் வசதி)

#### ஜிரிடி சாயிபாபா தரிசனம்

உங்கள் தேதியில் 4 நாள் - ரூ.12000/-

கர்நாடகா சுற்றுலா 29-07-09 26-08-09

உடுப்பி - மூலம்மிகை - தாமர்தலா

சிவங்கேரி - கற்பூரணா (4 நாட்கள்) ரூ.3000/-

#### மந்திராலயம் - நவபிருந்தாவன்

06-08-09 03-09-09 3 நாட்கள் ரூ.2300/-

பண்டரிபுரம் - துல்லாபூர் - சோலாபூர்

30-07-09 (3 நாட்கள்) ரூ.2300



## கிராமியச் சுறுப்பிதழ்

கிணர்னர்.

ஒவ்வொரு வீட்டுக்கும்

வீட்டிற்குள்ளேயே சுழிப்பறை உள்ளது.

தெருக்கள் எல்லாமே சுகவழிமாக இருப்பதுடன் இது பக்கமும் மரங்கள் நிறைவுக் கொடுக்கின்றன. குப்பைகள் முறையாகச் சுகற்றப்படுகின்றன. மலேரியா, சிக்கன் குடையா போன்ற நோய்கள் யாரையும் தாக்கவில்லை என்பதே இதற்குக் காரணம். பொதுப்பணம் எதுவுமே வீணாகாமல் பார்த்துக் கொள்கின்றனர்.

இந்தியாவிலுள்ள ஒவ்வொரு கிராமமும் இப்படி இருந்தால் சுயநலம் திரம்பிய அரசியல்வாதிகளுக்கு நிரந்தர முடிவு கட்டலாமே!

~ கலாநாயகர், சென்னை - 18

மத்திய பிரதேசத்தில் பக்வார் (Baghwar) என்ற கிராமத்தில் காவல் நிலையமே இல்லை. இங்கே குற்றங்கள் நிகழ்வதில்லை என்பதால் காவல் நிலையம் மூடப்பட்டுவிட்டது. இந்தக் கிராமத்தில் புகையிலை மற்றும் குடிக்கு அறவே 'தடா'!

இக்கிராமவாசிகளில் பெரும்பாலோர் படித்தவர்கள். குழந்தைகளும் தவறாமல் பள்ளிக்குச் செல்கின்றனர்.

இவர்களுக்குள் ஏற்படும் பிரச்சனைகளை பஞ்சாயத்தில் தீர்த்துக் கொள்கின்றனர். பஞ்சாயத்துத் தலைவர்களும் தேர்தல் மூலமாக தேர்வு செய்யப்படுவதில்லை, மாறாக கிராமத்திலுள்ள சகுதியுள்ளவர்களாகப் பார்த்து தேர்ந்தெடுக்க

## நாய்கு விஷயங்கள்...

போரினிடோது... உறுதியுடன் இருங்கள்; தோல்விபென்பேறு; எதிப்புணர்ச்சியுடன் இருங்கள்; வெற்றிபென்பேறு... பெருந்தன்மையோடு இருங்கள்; நல்பெண்ணாந்துடன் இருங்கள் - எச்.வினாய்ன் எச்சின் - கழுநாய்க் காவலாய்





# சிறுநீர்

# கசிவு

# பீரத்தைப்பா?

இன்னும் ஏன் தயக்கம்?

"நீங்கள் அணுக வேண்டிய சிறப்பு மருத்துவர்"

## UROGYNECOLOGIST

\*\*\*\*\*

இருமினாலோ,  
தாய்மினாலோ

சிறுநீர் கசிவு  
ஏற்படுகிறதா?

"சிலிங் சிகிச்சை"

"வலிமின்ஸாயம், திரத்தக்  
கசிமின்ஸாயம் ஒரே நாளில் விடு  
திரும்புங்கள்". அமெரிக்காவின்

UROGYNECOLOGY FELLOWSHIP

மட்டும் முடிந்த மருத்துவர்கள் உள்ள

இந்தியாவின் முதல் ISO 9001:2000

Certified சிறப்பு மையம்

கீப்போது கோவைவில்

**பாலா மெடிக்கல் சென்டர்**

**அண்டு சூஸ்பிட்டல்,**

**901, திருச்சி ரோடு,**

**கிராமநாதபுரம்,**

**கோயம்புத்தூர் 641 045.**

**0422-2323456, 2323333**

நங்கள் பிரச்சனையை போட்டி கையாற்றினால்

முடியுமோ பற்றி சென்ற நாட்கள்

தென்காசியில் தெரிவித்து கடினமாக

அல்லது ஆலோசனை பெறலாம்.

ஆலோசனைக்கு வட்டணம் எதுவும் இல்லை.

\*\*\*\*\*



**GUNA ASSOCIATES IN UROGYNECOLOGY  
& RESEARCH FOR INCONTINENCE (GAURI)**

1, Cement Park Hotel, T.Nagar, Chennai - 600 017. Ph : 24341055, 24322591

E-mail : gunasek@gmail.com Web : www.urogynecology.in

**தேனி** மாவட்டம், பெரியகுளம் தாலுகாவில் உள்ள டி.கள்ளிப்பட்டி தான் எனது கிராமம்.

எங்கள் ஊரின் எல்லையில் அருள்மிகு முத்தையா - சுருப்பையா திருக்கோயில் உள்ளது. இந்தச் சாமிகள் தான், எங்கள் ஊரின் காவல் தெய்வங்கள். ஒவ்வொரு

## எங்க ஊர் திருவிழா

கோயில் பூசாரி, சாமி ஆடுபவர்கீது மஞ்சள் தண்ணீர் ஊற்றி, மாலை போடுவார். ஊர் முக்தியஸ்தர்கள் எல்லாம் அவர் கரலில் விழுந்து வேட்டைக்குப் போவதற்கு அனுமதி கேட்பார்கள். நான்கைந்து பேர் கோயிலின் மிகப் பெரிய அரிவாளைப் பிடித்துக்கொள்ள, சாமி ஆடுபவர் மீது



வருடமும் சித்திரை மாதத்தில் திருவிழா நடக்கும். ஒரு வரு

டம் கோயில் திருவிழா, அடுத்த வருடம் வேட்டைத் திருவிழா நடக்கும்.

இந்த வேட்டையுமே மூன்று நாட்கள் நடக்கும். முதல் நாள் இரவு இந்த விழா ஆரம்பிக்கும். அன்று ஊரின் மத்தியில் இருக்கும் மந்தையில் (ஆலமரம், சுற்றிலும் சிமெண்ட் மேடை) ஆண்கள், பெண்கள் எல்லோரும் கூடுவார்கள்.

## வேட்டையாடு

அருள் வந்து குதித்து அரிவாளின் கூரான பகுதியில் ஏறி நிற்பார். பெண்கள் எல்லோரும் குவவை போடுவார்கள்.

சாமி, எந்தத் திசையில் போக வேண்டும் என்று சொல்லி, எவ்வளவு நேரத்தில் வேட்டைக் கிடைக்கும் என்றும் சொல்லும். சாமியிடம் அனுமதி வாங்கியதும்,

கட்டுச் சொறு மூட்டையுடன் ஆண்கள் மட்டும் வேட்டைக்குக் கிளம்புவார்கள். ஆளாளுக்கு கம்பு, அரிவான், பறை என்று எடுத்துச் செல்ல, எல்லோரும் குவளை போட்டு வழி அணுப்புவார்கள்.

மிறுநாள் மாட்டு வண்டிகளை மந்தையில் கொண்டு வந்து நிறுத்திவிடுவார்கள். வீட்டிலுள்ள கிறுவர், சிறுமியர் அவர்களது அப்பா, அண்ணன்களுக்கான சாப்பாட்டை எடுத்துக்கொண்டு வண்டியில் ஏறுவார்கள்.

கூட்டெருமை அல்லது மான் என ஏதேனும் விலங்கு ஒன்றை வேட்டையாடி, அதை அலங்கரித்து ஊர்வலமாக எடுத்து வருவார்கள். அந்த நேரம் பார்த்து, சிறுமிகளும், பெண்களும் அவங்காரம் செய்து கொண்டு, வேட்டைக்குப் போய் வந்தவர்களை வர வேற்பதற்காகக் கூடுவார்கள்.

ஊர் இளகுகள் தாரை, தப்பட்டங்களுடன் நடவம் ஆடியபடி வர, அதற்குப் பின்னால்தான் சிலம்பாட்டம், கரகாட்டம், அத்துடன் வேளாடுதலுக்காக மாறு வேடம்



வேஷம் போன்றவை நடைபெறும். அடுத்த நாள் மதியம் அந்த வேட்டையை எல்லா வீடுகளுக்கும் பங்கு போடும் 'கரை' நடைபெறும். 'கரை' ஆரம்பித்தவுடன் பெண்கள், ஆண்களின் மீது மஞ்சள் தண்ணீர் ஊற்ற ஆரம்பிப்பார்கள். விரட்டி, விரட்டி மஞ்சள் தண்ணீர் ஊற்றும் வைபவத்துடன் வேட்டைத் திருவிழா இனிதே நிறைவடையும்.

விலங்கு வேட்டை என்பது தார்மிக ரீதியாக நியாயப்படுத்த முடியாது என்றாலும், எப்போதும் கூலிவேலை செய்து அலுத்துப் போன மக்களுக்கு, அந்த மூன்று நாட்கள் தரும் சந்தோஷம் அடுத்த ஊர்த் திருவிழா வரை உற்சாக டாவிக்காக அமையும்.

இப்போது எனக்குத் திருமணமாகி, வெவ்வேறு ஊர்களில் சுற்றிக் கொண்டிருக்கிறேன். சிறு வயதில் நான் பார்த்த திருவிழாக்கள், அதில் நடந்த நிகழ்ச்சிகள், களவயான சம்பவங்கள் அனைத்தும் இப்போதும், நினைத்துப் பார்த்துச் சந்தோஷப்படக் கூடிய பொக்கிஷங்கள்!

பின்னூதிப்பு : இந்த வேட்டை நிகழ்ச்சி, வளத் துறையினரிடம் முறையாக அனுமதி பெற்றே நடக்கக் கூடியது. ஆனாலும் சமீப காலமாக, அரசாங்கம் விஜித்துள்ள மிருக வதைத் தடையால் வேட்டை நடைபெறு தில்லை.

- எஸ்.பி.தந்தினி, டி.கன்னிப்பட்டி

# விளையாடு!

அணிந்தவர்கள் ஆடி வர, பின்னால் வேட்டை வைக்கப்பட்டுள்ள வண்டியும், வேட்டைக்குப் போனவர்களும் வருவார்கள். ஒவ்வொரு தெரு முனையிலும் சிறிது நேரம் நின்று ஆட்டங்கள் நடக்கும்.

அன்று இரவு ஊர் மந்தையில் ஆடல், பாடல் நிகழ்ச்சி, கரகாட்டம், கொட்டுக்கார





**ஒரு நாள் மட்டும்**  
**ரூ. 10,000**  
**ஒரு நாள் மட்டும்**  
**ரூ. 7,500**  
**ஒரு நாள் மட்டும்**  
**ரூ. 5,000**

ஜெயமூர் ராஜ நிகைவுச் சிறுகதைப் போட்டி-2009

**வாசுகியூர...**  
உங்கள் பணம்  
தீரவா நினை  
யீனாகும்  
கூடுதல் வாங்கு!

\* இது 1923-24-ல் எடுத்ததானது. கலாநாயகர்கள் (1916-1923)  
1923-24-ல் எடுத்ததில் 12 பேர் மட்டுமே.

★ மொழிபெயர்க்கு அழகுபெயர் கையெழுத்து, முடிபெயர்  
கவிதையெழுத்து வகையான இவையுள் இரண்டாம், இவையுள்  
மொழிபெயர்க்கு அழகுபெயர் கையெழுத்து, முடிபெயர்

[illegible]

சுருது மொழியாகும்படியாக, எவ்வித சுருது  
பொருளாக, இது, உருவாக, இது விவரிக்க முடியா  
கூடுதல்

[illegible][illegible]

தேயுடல் ஶஷ்டி திஸாவல்  
அறுகதைப் பேர்ப்பு - 2009  
வகத்து ந வரலாற்று பீடம், சுவாமிநாதன் துறியிலே இரு  
கொண்டி, சிவசுந்தரம் (மேலவை):

சுபிரீமர், மாநகரங்கள் மாவட்டம், கல்வி பித்தம், 47-48, துவாரகாவால் நேரு காவல், சர்க்காருதாங்கல், சென்னை - 600 032

கனகசுபன் வடது நீச வேண்டய கனகசித்  
தேதி : ஐதம்ப 6

உரிநிலைபெற்று

\* *Thymus* *serpyllifolius* *L.*  
*Thymus* *serpyllifolius* *L.*  
*Thymus* *serpyllifolius* *L.*

\* உய்யுதற்கு உதவியாக உருவாகியிருக்கிறது.

★ இவ்வுத்தக் கட்டுரைகளின் எண்பத்தி ௨ ஐந்தி  
மொழியில் கடிதம் விவரணம். அது இவ்வாத  
வைகளில் பதிவிடப்பட்ட பக்கம் ௨-7.

★ ஸ்காலர் படிப்பிட்ட அம்மது அட்டைச் செய்றப்பிட்ட கதைகள் எட்டுறே என்று சொன்னாப் புகும், ஷோக்ஸ் பிரஜைகள் அத்துக் கொள்வப்பட்டுட்டா.

\* பூழு வெள்ளத்தில் ஒரு பக்கத்தில்  
மட்டுமே எழுத வேண்டும்.

## எனது பேத்தி

குடும்பத்திலிருந்து வந்தவன். சொன்னையில் வங்கி அதிகாரியிடம் தனக்கு சேமிப்புக் கணக்கு திறக்கக் கோரினான். அப்போது என் ஐந்து வயது மகன் ஒரு பி பேத்தி. மேலேஜரிடம் "எனக்கும் அக்கெவன்ட் ஒபன் செய்வீங்களா?" என்று கேட்டதும் அனாவரும் சிரித்துவிட்டார்கள்.



மேலேஜர் அவளது புத்திராலிந்த வந்த வியந்து, அவளுக்கு ஒரு உண்டியலைக் கொடுத்து "உனக்கும் ஒபன் செய்து விட்டேன்" என்றார். இப்போது அவளும் மிகப் பெருமையுடன் உண்டியலில் பணம் சேர்க்கிறாள்!

- கமலம்,

மேற்கு தாம்பரம்

எனது பேத்தி அழகு மீனாவுக்கு, காக்கா, ஜாடியில் தண்ணீர் குடித்த கதையைச் சொல்லிக் கொண்டிருந்தேன்.

"ஜாடியில் கொஞ்சம் தான் தண்ணீர் இருந்ததாம், அதைக் காக்கா எப்படிக் குடிக்கும்?" என நான் கேட்க, இரண்டே வயதாகிய அந்த வாண்டு, "தம்ளர் எடுத்து மோந்து குடிக்கும்" என்று பதில் சொன்னாளே பாக்கலாம்.

இந்தக் காலக் குழந்தைகளுக்கு அறிவு அதிகம் என்பதால், நாம் காலத்துக்கேற்றாற்போல் கதை சொல்ல வேண்டுமோ?

- கே.உன்னாமலை, காரைக்குடி

# ராமர் நெத்தியில் கலைஞர் டீவி!

நீங்கள் டி.வி.யில்

'இராமாயணம்' தொடர் பார்த்துக் கொண்டிருந்தோம். கக்கிவனும், ராமர் - லட்சுமணரும் சந்தித்துப் பேசிக் கொள்ளும் காட்சி ஒளிபரப்பானது.

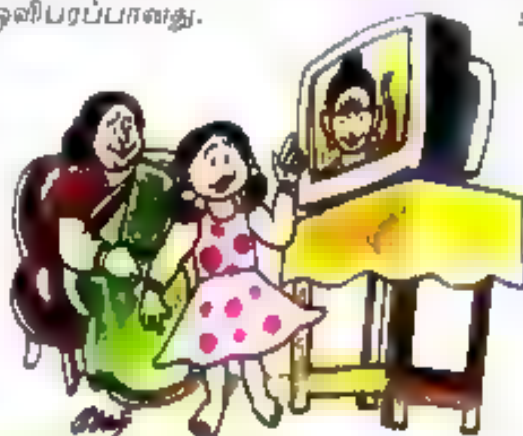
அப்பொழுது என்னுடைய ஐந்து வயது பேத்தி, "ராமர் நெத்தியிலே கலைஞர் டி.வி. வெச்சிருக்கார்" என்று சொல்ல, ஒருவருக்கும்

ஒன்றும் புரியவில்லை.

பிறகுதான் புரிந்தது. ராமரின் நெற்றியை அலங்கரித்திருந்த திலகமானது, கலைஞர் டி.வி.யின் உதயசூரியன் சின்னம் போல இருந்தது.

அவளது நுணுக்கமான கவனிப்பைக் கண்டு ஆச்சரியப்பட்டோம்.

- ஜி.சசிகலா, புரோங்கம்.



## அனுராதா சேகர்

**நா**

னும் சாயி பாபவை மேஜைக் குப்பர் மேன் என்றுதான் நினைத்திருந்தேன். ஆனால், ஷீரடி பாபா மேல் எனக்கு அசைக்கமுடியாத நம்பிக்கை இருந்தது. ஒரு சாயி அன்பர், "உனக்கு ஷீரடி பாபாவின் மேல் அபார நம்பிக்கை உள்ளதால், சாயிராம் உன்னிடம் வருவார்" என்று சொன்னார். அப்போது கூட அலட்சியமாகச் சிரித்தேன்.

தில்லியில் ஒரு பள்ளியில் ஆசிரி

யையாகப் பணிப்புகிறதபோது, ஒரு நாள் பள்ளியிலிருந்து வந்தவுடன் திடீரென்று தலைகற்றி வாந்தி எடுத்தேன். அன்று, வயிறுக்குப் பட்டினிப் போட்டுவிட்டு மறுநாள் சரியாகிவிடும் என்று நினைத்தேன். ஆனால், கை கால்களில் ஒரு நடுக்கம். நாலு அடி எடுத்து வைத்தால்

# பகவான்





பேலன்ஸ் போய் உட்கார வைத்தீது.

ஒரு டாக்டரிடம் ஓடினேன். டெஸ்ட் ஸ்கேன் என்று எடுத்தோம் எல்லாம் நார்மல். ஒரே மாதத்தில் ஐம்பத்து ஆறு கிலோவிலிருந்து ஐம்பது கிலோ

**எ**னக்கு வயது ஐம்பத்து மூன்று.

பத்து வருடங்களுக்கு முன்பு எனது ஃபிளாட்டை விற்க வேண்டிய சூழ்நிலை, நானிதழில் விளம்பரம் கொடுத்தேன். எனக்குத் தெரிந்த நண்பர்களிடமும் சொல்லி

வைத்திருந்தேன். ஆனால் எதுவுமே பயனளிக்கவில்லை.



■ என்.ஆர்.சரஸ்வதி

**பாபா!**

## கிறைவனுடன் கிளிய அனுபவங்கள்!

எடை ஆகிவிட்டேன். பளிச் சென்று மூன்று வேளையும் ஆடை மாற்றும் நான், பித்துப் பிடித்தாற்போல், தலையும் வாராமல் உட்கார்ந்திருந்தேன். திடீரென்று அழுணை வரும். ஏதேதோ வைத்தியம் பார்த்து தில்லியில் ஒன்றும் சரியாக வில்லை என்று சென்னைக்கு வந்தேன்.

**அ**னுமான் தாசர் ஒருவர், என்னைப் பார்த்து ஏதோ கழிப்பை மிதித்துவிட்டதாகவும், அதனால் செய்த மந்திரங்களினால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதாகவும், உடனடியாகப் பரிகாரங்கள் செய்ய வேண்டும் என்றும் சொன்னார். எலுமிச்சம் பழங்களை வெட்டி, குங்குமம் தடவி, கடுகாடு பக்கம் போடச் சொன்னார். மந்திரித்த விபூதியை அளித்தார். அதை இரவு தடவிக் கொண்டவுடனேயே உடம்பு தணலில் போட்



ஒரு நாள், எனக்கு அறிமுகமில்லாத ஒரு தம்பதி, என்னைத் தேடி வந்தனர். அவர்கள்

பகவான் ஸ்ரீசத்ய சாயியின் பக்தர்கள். கருணையே உருவான பகவான், அந்தத் தம்பதியரிடம் எனது வீட்டின் விலாசம் அடையாளம், எல்லாவற்றையும் சொல்லி, அதை விசைக்கு வாங்கும்படி உத்தரவிட்டிருக்கிறார். அவர்களும் வந்து நான் சொன்ன விசைக்கு, மறுப்பேதும் சொல்லாமல் முன் பணம் கொடுத்துவிட்டனர்.

**ப**கவான் ஸ்ரீசத்ய சாயி பாபாவின் கருணை மழை என் மேல் பொழிந்து கொண்டிருப்பதை அன்று நான் உணரவில்லை.

அதன் பின் ஒன்றன் பின் ஒன்றாக, அவர் என் குடும்பத்தில் நிகழ்ந்திய அற்புதங்களின் மூலம் எங்கள் மனத்தில் நுழைந்துவிட்டார். அதை எழுத்தால் எழுதினால் மட்டும் போதாது. நிர்மலமான மனதுடன் உணர்ந்தால்தான், அருமையும் பெருமையும் புரியும்.

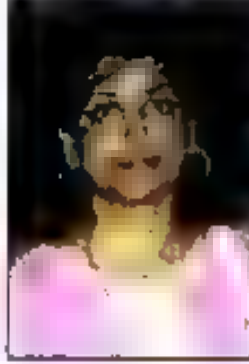
- என்.ஆர்.சரஸ்வதி, சென்னை

**எ**ன் கணவருக்கு, மலேஷியாவில் வேலை  
கிடைத்து அங்கே இருக்கிறோம். இரண்டு  
வருடங்களுக்கு முன் ஒரு நான், நான்  
ஷாப்ரீங் போயிருந்தேன். ஒரு திருடன்,  
உட்டென்று என் கைப்பையைப் பறித்துக்  
கொண்டு ஓடிவிட்டான். அதற்குள் சில நகை  
களும், என் பாஸ்போர்ட்டும் இருந்தன. நான்  
அப்படியே 'ஓ' என்று அழுது கொண்டு  
உட்கார்ந்துவிட்டேன். மன மெல்  
லாம் 'சாய்ராம்.. சாய்ராம்' என்று  
பதறியபடி இருந்தது.

உடனே, கடவுளேயே பார்த்ததைப்  
போட்டுவிட்டு, இந்தியத் தூதரகம்,  
பாஸ்போர்ட் அலுவலகம் எல்லா  
வற்றுக்கும் நேரில் போய் புகார்  
கொடுத்துவிட்டு வந்தேன்.

மூன்று நாட்கள், மூன்று யுகங்  
களாகக் கழிந்தன. பாபாவிடம்  
அழுது தொழுதபடி இருந்தேன்.

\* மாவதி விஜயன்



நான்காவது நான், வெள்ளைக்காரர் ஒருவர்  
என்னைத் தொடர்பு கொண்டார்.

"மாவதி விஜயன் என்கிற பெயர் சொண்ட  
பாஸ்போர்ட் என்னிடத்தில் உள்ளது. வந்து  
வாங்கிக் கொள்ளுங்கள்" என்றார், எனக்குப்  
போன உயிர் திரும்ப வந்தது. பாபாவுக்கு  
நன்றி சொல்லிவிட்டு, அவர் இருந்த இடத்துக்  
குப் போனோம்.

"நான், இன்று என்னுடைய

நாயுடன் வாக்கிங் போனேன். ஒரு  
குற்றிப்பிட்ட இடம் வந்தபோது,  
என்னுடைய நாய் பயங்கரமாகக்  
குறைத்தபடியே, சுற்றிக்கொண்டு வந்த  
தொடங்கியது. அந்த இடத்தில்  
பாபாவின் சின்னஞ்சிறு படம்  
தென்பட்டது. நான் ஏற்கெனவே  
அவரை அறிந்திருந்தேன் என்பதால்,  
ஆவலுடன் கையிவெடுத்துப்  
பார்த்தபோது, அதனுடன் ஒட்டிய

டது போல் எரியத் தொடங்கியது.

பின் திரும்ப தில்லி வந்தேன்.

சீரடி சாயி பாபா முன் அமர்ந்து கதறி  
னேன். மூன்று மாதங்கள் லீவு எடுத்த  
தாயிற்று. பள்ளி நிர்வாகத்தினர், என்  
னைத் திரும்ப வேலையில் சேரும்படி  
அழைத்தனர்.

அப்போதுதான் அந்த அற்புதம் நடந்  
தது. என் அப்பா மும்மையில் இருந்தார்.  
அவருக்கும் சாயி பகவானிடம் ஈடுபாடு  
இல்லை. ஒரு நாள் ஒருவர் கதவைத்  
தட்டி, "நீங்கள்தான் கோபாலனா?" என்று  
கேட்டிருக்கிறார், "யார் நீங்கள்?" என்று  
வினவிய என் அப்பாவிடம், "நான் சரஸ்  
பேகர், உங்கள் மகள்து உடல்நிலை  
கவலைக்கிடமாக இருப்பதால், உடனே  
இந்த சாய் பகவான் விபூதியை  
அனுப்புவர்கள். சாயி இதைக் கொடுக்  
கும்படி சொன்னார்" என்று கொடுத்தா  
ராம்.

என் அப்பாவும், வியப்புடன் அதை  
எனக்கு அனுப்பினார். ஏதோ அம்பாள்  
பிரசாதம் என்று நினைத்துப் பிரித்தேன்.  
அதில் சராய் படமும் விபூதியும் இருந்தன.  
கண்ணீர் மல்க அதை இட்டுக் கொண்  
டேன். உடனே எனக்கு சனமயலாறு வரை  
போக சக்தி கிடைத்தது. என் ஜோழி,  
எனக்கு ஃபோன் செய்து; நாளை தயாராக  
இரு" சாயி பஜன் போகலாம். நானே  
வந்து ஆட்டோவில் அழைத்துப்  
போகிறேன். இது சாயிபாபாவின் உத்தரவு  
என்று நினைத்துக்கொள்" என்றான்.

மறுநாள் பஜனுக்குப் போனோம்.  
அங்கு பஜன் நடந்தபோது, நான் அழத்  
தொடங்கினேன். கடைசி ஆரத்தி வரை  
கண்ணீர் நிற்கவில்லை. கடைசியில் ஒரு  
பெண்மணி என் நெற்றியில் விபூதியைத்  
தடவி, வாயிலும் இட்டாள். வரிசையாக  
அவளுடன் மூன்று நாட்கள் பஜனைக்கும்

படி, மண்ணில் மறைந்திருந்த பால் போர்ட்டும் வெளிவந்தது!" என்றபடி என்னுடைய பால் போர்ட்டைத் தந்தார்.

நடை, பணத்தை எடுத்துக்கொண்ட திருடன், பாஸ்போர்ட்டைத் தூக்கி வீசியிருக்கிறான். இலேசான மனது பெய்து, மண் மூடியதால் பாஸ்போர்ட் பறந்து போகாமல் இருந்திருக்கிறது. ஸ்ரீபாபாஸின் படம் அதை நணையாமல் காப்பாற்றியுள்ளது. என் பதை அறிந்த நாங்கள் பரவசமாக நின்றோம்.

- மாலதி விஜயன், சென்னை

போனேன், உடம்பில் கொஞ்சம் தெம்பு வந்தது.

ஒரு வாரம் கழிந்தவுடன் என் பள்ளி யிலிருந்து ஆசிரியர் ஒருவர் ஃபோன் செய்தார். "இமய மலையிலிருந்து ஒரு பாபா (90 வயதுக்குமேல்) கோயிலுக்கு வந்திருக்கிறார். அவரை அழைத்துக் கொண்டு உங்கள் வீடு வருகிறேன்" என்றார். அவர் வந்ததும் என் உள்ளங் கையை முகர்ந்துப் பார்த்து "ஏதோ மந்திரித்த கழிப்பை மிதித்திருக்கிறாய். உயிருக்கே அபாயமானபோது சாயி வந்து காப்பாற்றியிருக்கிறார். மூன்று நாட்கள் மந்திரிக்கிறேன். பிறகு படிப்படியாகக் குணமாகும்" என்றார். அவரோ வயதானவர், காலில் வேறு ஏதோ அடி அப்படி

**சா**யி படிப்பில் எனக்கு மிகவும் பிடிக்கும். எங்கள் வீட்டில் சத்ய சாய் படம் எதுவும் கிடையாது. ஒரு நாள் மாலை நானும் என் கணவரும் பேசிக் கொண்டிருந்தபோது, "நம்ப வீட்டுல பாபா படம் வைக்க ஆசையாக இருக்கிறது. நல்ல அழகான படம் வாய்க்க வேண்டிம்!" எனச் சொல்லிக் கொண்டிருந்தேன்.

மறுநாள் காலை என் கணவர், "சீக்கிரம் இங்க வா; இங்கே வந்து பாரேன்" என உரக்கக் கூப்பிட்டார். போய் போடும் படங்கள் வறங்கப்போல, நானிதனர்த் தூக்கிப் போட்டு விட்டுப் போயிருக்கிறான். உள்ளே அக்கணம் ஆசிரியர்ப்பயோல ஸ்ரீ சத்ய சாயியின் அழகிய வண்ணப் படம், எப்படி இது வந்தமர்? உடம்பெல்லாம் சிலிர்த்துப் போய் எனக்குக் கண்ணீர் வழிந்தது. "நீங்கள் ஆதமார்த்தமாக ஆணைப்பட்டார்கள்; நானே வந்து விட்டேன்!" என்றபடி சிரித்துக் கொண்டிருக்கிறார்.

மறுநாள் போய் போடும் பையனிடம் விசாரித்தேன். "நான் ஏன் சாயி வைக்கப் போறேன். எனக்கு எதுவும் தெரியாதே!" என்றான். யாருக்கும் கிடைக்கும் இந்த பாக்காய்?

- எம்.மாலதிமணியன், புதுச்சேரி



\* எம்.மாலதி மணியன்

யும் வீடு வந்து மந்திரித்துப் போனார்.

நான் மனம் நெகிழ்ந்து அவருக்கு வேட்டி வாங்கிக் கொடுத்தேன். "நவீன பேட்டி! ஸலாஹ்யா தே; பஸ்" என்றார். சீரடி பாபாதான் ஸலாஹ்யா அதாவது 'ஒண்ணே கால் ஸ்பாய்' காணிக்கையாகக் கேட்பார். அவர் எனக்கு சாயி பகவானா கவே தெரிந்தார்.

இரண்டே மாதங்களில் சத்ய சாயி காயத்ரி தினமும் சொல்லி, விபூதியை வாயில் போட்டுக் கொள்ள, ஒரு மருந்துக்கும் குணமாகாத உடம்பு, நன்றாக குணமாகத் தொடங்கியது. அன்று சத்ய சாயிபாபா விடம் ஒன்றியவள்தான். இன்று எனக்கு எல்லாமே சாயிதான்!

- விசாலம், சென்னை







**நா**ங்கள் சாயி அன்பர்கள். கடந்த மூன்று மாதத்துக்கு முன்பு வேலூரில் உள்ள ரத்தினகிரி முருகன் கோயிலுக்குச் சென்றோம். முருகனுக்கு அபிஷேகம் முடிந்தது; கண்ணாரக் கண்டு மகிழ்ந்தோம். திரை போட்டு அவர் காரம் செய்யத் தொடங்கியதும் நாங்கள் அனைவரும் சாயி பஜனையிலிருந்து சில முருகன் பாடல்களைப்படினோம். அவர்களும் முடிந்து, திரை விலகியது. எங்கள் கண்களை எங்களாலேயே நம்ப முடியவில்லை.

முருகனுக்குப் பதிலாக, ஆரஞ்சு நிற வண்ண உடையில் கம்பீரமாக காயிப்பா நின்றுருந்தார். அனைவரும் 'சாயிராம் சாயிராம்' என்று ஆனந்தக் குரலெடுத்துக் கூலினோம். கோயிலுக்கு வந்த அன்பர்களில் சிலர், டைட் தலை சாயியார் என்றனர். இன்னும் சிலர் "யார் இந்த சுவாமி?" என்று வியந்து கேட்டனர். தீபாராதனை செய்து முடிந்ததும் சுவாமி மாயமாக மறைந்து, முருகனாக மாறிவிட்டார். என்ன ஒரு அற்புதம்! எல்லா தெய்வ வடிவங்ளையும் தானே எப்பதைப் புரிய வைத்துவிட்டார்! என் வாழ்நாளில் மறக்க முடியாத சம்பவம் இது.

- எஸ்.பத்மா, சென்னை

**1977**

பாவின் அற்புதங்களைப் பலரும் பலவாறு பேசிக்கொண்டிருந்த காலம் வயது ஏறிக் கொண்டே போகும் என் தங்கைக்கு, இன்னமும் திருமணம் கூடவில்லையே என்ற துயரத்தில் இருந்தோம். ஆனால் பாபாவின் அருளை நாட வேண்டும் என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை.

நான் குடியிருந்த கமலா லட்சுமி காலனி, வழியே அவ்வப்போது பாபாவின் பஜனை கேள்வி செல்வ துண்டு. எங்குது மன வேதனையை அறிந்திருந்த, எங்கள் காலனி செட்டியாரம்மா ஒரு நாள், "ஏன் தம்பி, பாப்பா விஷயமாக ஒரு முறை புட்டபர்த்தி போய் பாபானைக் கண்டு வரலாமே" எனச் சொன்னார். அவரது பேச்சைத் தட்டிக் கூழிக்க விரும்பாமல், "அதற்கென்ன போய் வருகிறேன், ஆனால் ஒரு நிபந்தனை!" என்றேன். "அதென்ன நிபந்தனை?" எனக் கேட்டார்.

"இவ்ஹைக்கு தேதி பதினெட்டு. பாபா இந்த வாரத்தில் ஒரு தடவை என் கனலில் வந்தால், நான் புட்டபர்த்தி போய் வருகிறேன்" என்று கூறினேன்.

என்ன அற்புதம்! இருபதாம் தேதி பாபா என் கனலில் வந்தார். அதோடு உன் தங்கைக்கு, வரும் இருபத்து மூன்றாம் தேதி மாப்பிள்ளை வருவார் என்று மாப்பிள்ளையின் பெயரையும் சூறிப்பிட்டுச் சொன்வார். அதன்படியே இருபத்து மூன்றாம் தேதி பாபா கனலில் சொன்ன அதே பெயரைக் கொண்ட ஒரு மாப்பிள்ளை, தானாகவே எங்கள் வீடு தேடி பெண் கேட்க வந்தார். அவருக்கே என் தங்கையை மணம் முடித்தோம். அவர்கள் இன்றும் இனிதே வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றனர்.

அதன் பிறகு நான் பல தடவை புட்டபர்த்தி, ஒயிட் ஃபீல்டு போன்ற இடங்களில் பாபாவின் தரிசனங்களைப் பெறும் பாக்யம் செய்துள்ளேன்.

\* கே.பாலசுந்தரம்



இதை வேறு யாராவது எனக்குச் சொல்லியிருப்பார் களையானால், எளிதில் நம்பியிருக்கமாட்டேன். இது நான் உணர்ந்த பாபாவின் அற்புதம்!

- கே.பாலசுந்தரம், தர்மபுரி

(வாசகர்கள் அனுபவங்கள் தொடரும்)



## உத்தரவாதமான மேனிப் பராமரிப்பு தலைமுறை தலைமுறையாக

50 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக, மேனிப் பராமரிப்பில்  
விளங்கும் நம்பகமான சோப் என்று தொழைநெட்டு பெயர்  
பெற்றுள்ளது. விளங்கும் சோப் மேனியின் எழிலை  
மேம்படுத்துகிறது. இதன் ஒப்பற்ற நன்மையை தான் முழுவதும்  
நினைத்து உங்களை பித்துண்டாட்டன் வைக்கும் எனவே  
விளங்கும் பை தலைமுறைகளாக விலகாதுவா  
வாங்குபவர்கள் உருவாக்கியதில் ஆர்வமுள்ளது.



மேனிப் பராமரிப்பு வந்ததென்றால்



கிராமத்து வீடுகளில் திண்ணையில்லா  
வீடு தேடினாலும் கிடைக்காது  
பெரிய திண்ணை, சின்ன  
திண்ணை ஒட்டுத்திண்ணை;  
பெரிய மருது, சின்ன மருதுவாய்  
மகுடம் தரிக்காத மகாராஜைகள்  
ஆண்டு சரித்திரம் படைத்தவை !  
ஒன்றா இரண்டா? எடுத்துச் செல்ல மாளாது;  
வெற்றிசைப்பெட்டியும், வெங்கலகூறு  
வுமாக, திண்ணையில் உட்கார்ந்து  
வயல்வரப்பு, மடவாய்ச்சண்ணை,  
அண்ணைத் தம்பி குடும்பச் சண்ணை

பாகப்பிரிவினை, பண்ணை ஆட்களுக்கு  
பஞ்சாயத்து, கோட்டுக்குப் போகாம  
கூக வாங்காத, நியாயமான கட்டைப்  
பஞ்சாயத்து நடக்கும்;  
பிள்ளைகள் நிறைந்து ஒரு திண்ணை,  
பள்ளிக்கூடமாய் ஆகிவிடும்;  
சீரை மாமாவிட்டுத் திண்ணையிலே  
தினம் தினம் நடக்கும் சீட்டுக்கச்சேரி  
சாயங்காலம்  
வரைக்கும் ஓயாது

குருக்கள் வீட்டுத் திண்ணையிலே

விழுதிமந்திரிக்க





கிராமம் கற்பித்தும்

# தன்னகை

தாயத்து, குறிகேடக வரும் கூட்டம்;

தெருக்குழத்தைகளுடன்,  
கட்டம், சோழி  
பல்லாங்குழி, கல்லாங்காய்,  
புளியங்கொட்டை ஆட்டம்  
ஆடும் சங்கரி அத்தை திண்ணை:  
நாட்டுச்சேதி, வீட்டுச்சேதி  
அரசியல் சேதி, அக்குவேறு ஆணி  
வேறாக அலச  
தெருவே கூடும், நியூஸ்பேப்பர்  
மாமா வீட்டுத் திண்ணை;

வீட்டுப்பசங்க ராத்திரி,  
"திண்ணையிலே படுக்கிறேன்,  
காத்துவரலே" உள்ளே என்ச்  
சொல்லி, தூலையணைமேலே போன்வையல்  
மூடித்தூங்குவது போல வைத்துவிட்டு  
இரண்டாம் பிளே சினிமாவிற்குப்

போக உதவிய திண்ணை;  
காற்றை உட்காந்தது களிப்பும்  
சிளிப்பும் இயற்கைக்காற்றை  
அணு அணுவா ரசித்து,  
மகிழ்த்திருந்த திண்ணை;

அத்தனையும் விட்டுவிட்டு  
நாம் பட்டனாத்துப்  
பகட்டுக்கு ஆளசப்பட்டு, ஓடி வந்து,  
அலங்காரமாய் திற்கும்  
அடுக்குமாடிக் கட்டடங்களில்  
மூடிப்போட்ட ஜாடியாய்  
அடைபட்டு மூச்சு முட்ட, சாத்திய  
கதவுக்குள், காற்றைகை  
கொடுத்து ஃபேன், ஏனி என வாங்கி  
கண்ட போய், விடர்வை வெள்ளத்தில்  
மூழ்கி, சோபாவில்  
உட்கார்த்தால், ஐயகோ! கூர்முள்ளாய்க்  
குத்துது, குடிசை வைத்தசோபா!

கிராமத்துத் திண்ணை திணைவுகளில்  
அனலாய்வும் நெஞ்சில் ஏக்கம்வடியது;  
இனித் திண்ணை போடு வீடு கிடைக்குமா?  
கிடைக்குமா?

- பிச்சை கவாமிநாதன்,  
தேதியூர்

**பெண்களின் பலங்களுக்கும் பலவீனங்களும்**

**சி.எஸ்.தேவநாதன், குட்புகல் பப்ளி  
கேஷன்ஸ், சென்னை - 40.**

**விலை ரூ.50/-**

பலங்கள், பலவீனங்கள், புரட்சிவாதிகள் என்று மூன்று பகுதிகளாகப் பெண்களைப் பற்றிய நினைவு விளக்கப்பட்டிருக்கிறது. உரிய நடைமுறை உதாரணங்களும் உண்டு.

**பெண்ணால் முடியும்**

**அனுராதா ரமணி, தங்கத் தாமரை  
பதிப்பகம், சென்னை - 30.**

**விலை ரூ.75/-**

கொரஸ்டியோன்களைக் கதை போலவே

**ஸ்ரீவிவால், கண்ணதாசன் பதிப்பகம்,  
சென்னை - 17. விலை ரூ.180/-**

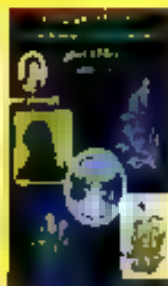
விருவிருப்பரன் க்காரம் தாவனின் கனவியான தமிழாக்கம். எடு, படி, முடி - 9கம்.

**குறைந்த செலவில் கைவினைப்  
பொருள்கள் தயாரிப்பு**

**ரமணி ரங்கநாதன், மணிமேகலையி  
பிரகரம், சென்னை - 17. விலை ரூ. 40/-**

தெய்வத்து போய்யப் பழகலா விளாஸ்டிக் பொது விநியோகங்களுக்குக் கூட கலை கடிவம் தந்து விட வாய் வந்திருவர் ஆசிரியர். அதிக ம் வகையான வெவியாவிருள்ள பாய் தரும் நூல்.

**புக் போங்க**



வாழ்க்கை அனுபவங்களையும் படித்துள்ள விதமாக எழுதுகிறவர் அனுராதா ரமணி. பெண்கள் மன உறுதியோடு செயல்பட்டு வெற்றிகளை உருவாக்கி கூட்டுறவுகளின் தொகுப்பு.

**திருமால் திருவருள்**

**வ.ந.கோபால தேவகாசாரியார், திருவரக  
புத்தக நிலையம், சென்னை - 17.**

**விலை ரூ.100/-**

ஆதிசங்கரரின் சிந்தனைகளும், திருமால் கை ஆர்வாரின் சிந்தனைகள் உட்பட எவ்வளவு சார்ந்த படி ஆன்மிக விஷயங்களைப் பற்றிய கூட்டுறவுகளின் தொகுப்பு.

**படிக்க... பயன் பெறு...**

**சொல்லத் துடிக்குது மனை**

**கலை மாமணி வீ.தே.டி.பாலன், மதுரா  
வெளியீடு, சென்னை - 8.**

**விலை ரூ.100/-**

'பென்னை' கை ஆன்மாதம் பற்றிதெரிக்க பண்புதத் தில்ல முடியாதது என்பது மாய்ந்த சிந்தனைகளோடு வாழ்க்கையில் படி கூறுகளையும் கனவிய எழுத்துகள் ஆசிரியர் பண்புதத் தில்லத்தும் கற்றலா அவலங்களைப் பற்றிய 'கூடல்' கனவிய பெற மீண்டும் கூட்டுறவுகளுள் ஒன்று.

**அங்கும் இங்கும் கொலை உண்டு**

**அகநாமிதில்லி - தமிழில்: கொரட்டுர்**

**- வாசகன்**





# லக்கி லட்டு!

சிராமப்புறத்தில், புறநகரில் வசிக்கும் உங்கள் தோழி/உறவினருக்கு மங்கையர் மலர் சந்தா கட்டும்! சந்தா கட்டும் உங்கள் புலகம்பம் 'லக்கி லட்டு' பகுதியில் பிரசுரமாகும் என்று அறிவித்திருந்தோம். அத்து குவிந்தவற்றில் சிலரை அறிமுகப்படுத்துகிறோம். அதன் தொடர்ச்சி கீழ் வரும் சித்திகளிலும் பிரசுரமாகும்.

சந்தா கட்டியவர்

சந்தா பெறுபவர்

நோக்கம்



சுகந்தி  
நாராயன்,  
வியாசப்பாடி.



பிரேமா குப்புசாமி,  
செவ்வாபேட்டை.



மங்கையர் மலர்  
என் தாயின் வீடு தேடி  
போக வேண்டும்  
என்று ஆசை.



டி.கௌசல்யா,  
மைலாப்பூர்.



டி.விஜயா,  
வாழப்பாடி, மதுரை.



சிராமத்துத் தாய்க்கு  
நல்லதொரு தோழி  
வேண்டும் என்று  
ஆனுப்புகிறேன்.



எம்.கமலினி,  
சென்னை.



எம்.பாணுமதி,  
தூராஜபாளையம்.



சந்தா பரிசு.



மரசுதம்  
ராகவசிம்மன்,  
சென்னை.



சுகந்தா ரங்கநாதன்,  
சேலம்.



பிறந்தநாள் பரிசு.  
(திருஆடிப்பூரம்)



கே.பட்டு,  
சென்னை.



ராஜேஸ்வரி ரமேஷ்,  
அம்பத்தூர், சென்னை.



எழுத்து ரசனை மிக்க  
என் அன்பு மருமகனுக்கு  
அன்புப் பரிசு.



எஸ்.புவனேஸ்வரி  
வெங்கடகாமர்,  
சென்னை.



எம்.ராஜம்,  
வியாசப்பாடி.



எழுபதாவது பிறந்தநாளைக்  
கொண்டாடும் என் செல்லை  
அம்மாவுக்கு ஆசைப் பரிசு.



ராணி  
கோபிநாத்,  
பெங்களூரு.



ஜி.வேறமலதா,  
ஹைதராபாத்.



படித்து மகிழ்..



விமலா  
தியாகராஜன்,  
சென்னை.



பூமா சிவராமகிருஷ்ணன்,  
பெங்களூரு.



பெங்களூரு புறநகரில்  
இருக்கும் என் பெண்ணுக்கு  
மங்கையர் மலர்  
கிடைப்பதற்காக.

**உங்கள் பழைய பட்டும் புடவையை  
கொடுத்து ஒரு கிராம் போஃபிங்  
நகையை பெற்றுச் செல்லுங்கள்!**

**ANNIVERSARY DISCOUNT SALE**

FROM 4TH JULY TO 11TH JULY 2009.



எங்களிடம்

1 கிராம் செயின்கள் / வளையல்கள்,

குந்தன், போல்கி, விக்டோரியன், முத்துக்கள்,

ஜிர்கான் மற்றும் பேன்சி வகைகள்

ஏராளமாய் கிடைக்கின்றன.

**Genuine  
Discount  
upto 25%**

Showroom open on  
sunday during Sale.

## TARA'S JEWELLERY

New No. 111. (Old No. 47), Kutcheri Road, Mylapore, Chennai - 4.  
(Between Mylapore Post Office & Jain Temple) **Phone: 2464 1799**

Timings: 10.00 am to 1.30 p.m. 4.00 pm to 8.15 p.m.

**ATTENTION : 5TH / 8TH / 10TH / +2 / GRADUATES / HOUSEWIVES / TEACHERS**



**100%  
JOB  
GUARANTEE**

**4000 Successful Teachers  
Trained in 8 years**

### SRI VENKATESWARA Montessori / Kindergarten Teachers Training School

(AIMS  
Synthesis  
Method)

H.No. 111, Near Annexe (N. of Mylapore), Chennai - 4

Ph : 32991088 Cell : 94442 07508, 98415 90855

E-mail: sri.venkateswara@rediffmail.com Web: www.svm.co.in

**First Time in India.  
Govt. of India  
Recognized**

For Graduate & Postgraduate students:  
(Min. Qual. : 10th Std & 12th Std) 1. Montessori /  
Play School Management / Director Mgmt.  
(Min. Qual. : 8th Std & 10th Std) 2. Montessori

#### OTHER COURSES OFFERED:

Diploma : Advance Diploma Course - 6 Months  
Montessori / KG Course - 1 Year

Regular / Postal  
English / Tamil

**[B.Ed (Under distance education - Integrated Course) - 1 Year]**

**Branches:** AT CHENNAI : a) Vengal Chokkum b) T. Nagar c) Perambur d) Madhavapuram e) 4444/2/1444 f) East 1st Main Road g) 4441/1/1444 h) West 1st Main Road i) 228/2/289 j) Anna Nagar k) 94440 77695 AT TAMILNADU : a) Chennai b) 4443/1/1444 c) Bangalore d) 97104 17425 e) Pondicherry f) 98415 90855 g) Madurai h) 97788 99000 i) Tirupur j) 9442/1/1444 k) Coimbatore l) 9461/1/1444 m) Mysore n) 98415 97341 o) Pondicherry p) 94449 17425 AT KERALA : a) Ponnaluri b) 94475 35115 c) Thiruvananthapuram d) 94475 35115 e) Calicut f) 0495 6547146 AT ANDHRA PRADESH : a) a) 0471 57347 b) Hyderabad c) 97788 99000 d) 9442/1/1444 e) Hyderabad f) 98415 90855 g) Hyderabad h) 98415 90855 i) Hyderabad j) 98415 90855 k) Hyderabad l) 98415 90855 m) Hyderabad n) 98415 90855 o) Hyderabad p) 98415 90855 q) Hyderabad r) 98415 90855 s) Hyderabad t) 98415 90855 u) Hyderabad v) 98415 90855 w) Hyderabad x) 98415 90855 y) Hyderabad z) 98415 90855 AT NORTH INDIA : a) a) 94442 07508 b) 94442 07508 c) 94442 07508 d) 94442 07508 e) 94442 07508 f) 94442 07508 g) 94442 07508 h) 94442 07508 i) 94442 07508 j) 94442 07508 k) 94442 07508 l) 94442 07508 m) 94442 07508 n) 94442 07508 o) 94442 07508 p) 94442 07508 q) 94442 07508 r) 94442 07508 s) 94442 07508 t) 94442 07508 u) 94442 07508 v) 94442 07508 w) 94442 07508 x) 94442 07508 y) 94442 07508 z) 94442 07508

### Study in Singapore

Reputed Universities Govt. Recognized Courses

### STUDY CENTRES INVITED

- Qualification 10th + 2. Degree
- Duration 6 Months / 1 Year

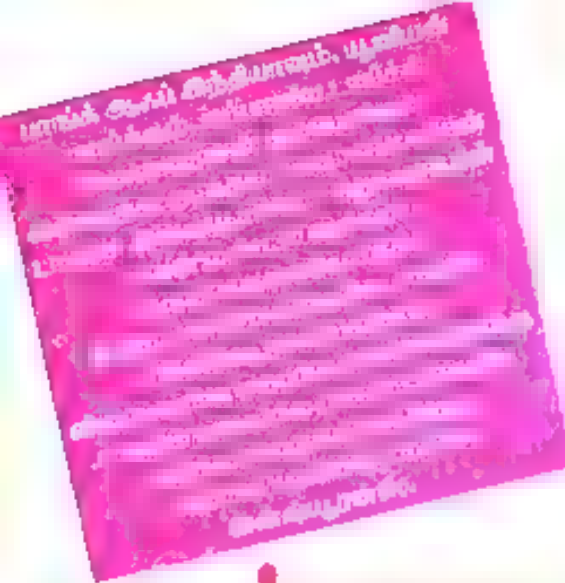
100% Job Oriented  
Minimum Fee

- Diploma / Adv. Diploma / BBA / MBA - Hotel Management, Travel & Tourism Management
- Hospitality Management - Business Administration - Gaming & Animation Technology - Computing

100% Job Oriented  
Available

Admission Open

Contact: Sri Venkateswara Study Centre, Chennai - 87 | Website: www.svm.co.in  
Phone: 3299 1088, 2377 1088, 94442 07508, 98415 90855, 97104 17425



இருளியம்மாள், அன்று இரவு தூக்கம் வராமல் தவித்தாள். கணவர் நிறை குளத்தான் மீதுதான் அவள் முழு நினைப்பும் இருந்தது. அவள் மனம் கடந்து போன வருடங்களை நினைத்து அசை போட்டது.

இருளியம்மாள் 'களஞ்சிய'த்தில் சேர்ந்தது 1994ல். அவளைச் சேர்த்தது மலர். 'களஞ்சியம்' என்பது மதுரையில் 'தானம் அறக்கட்டளை'யின் கீழ் இயங்கி வரும் உதவிக் குழுக்களின் பெயர்.

'களஞ்சிய'த்தில் சேர்வதற்கு முன்னால், ஒரு சிறு துண்டு நிலம் வாங்க, அறுபது

# பொன்னான எதிர்காலம்..

சூய உதவிக் குழுக்கள் ஓர் ஒழுங்கு முறையைப் பின்பற்றி, கட்டுப்பாட்டுடன் இயங்கி வருவதால், அவர்கள் மூலம் பிரீமியம் தொகை வசூலிப்பதும் எளிதாக இருக்கும்.

"எதிர்பாராத சமயத்தில் வகைகொடுத்து உதவத்தான் இன்ஷூரன்ஸ் நேவை. அது மரணமாக இருக்கலாம். வெள்ளைச் சேதத்தின் விளைவாக இருக்கலாம். வறங்கிய கடனைத் திரும்பச் செலுத்த முடியாததால் இருக்கலாம்.

ஏராளமானோர் வறுமைக் கோட்டுக்குக் கீழே, கல்வியறிவு இல்லாமல் இருக்கிறார்கள். அவர்களுக்கு நிமிரென்று தாக்கும் அபாயங்களை எப்படிச் சமாளிப்பது என்பது பற்றி தெரிவதில்லை. அவர்களுக்கு சமூகப் பாதுகாப்பு கொடுப்பதுதான் இன்ஷூரன்ஸ் திட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம்.

ஏழைகளுக்கு உதவும் வகையில் வழக்கமான திட்டங்கள் உள்ளன. இவை அவர்கள் பணத்தை முறையாகச்



சதவிகித வட்டிக்குத் தனியாரிடம் கடன் வாங்கியிருந்தாள் இருளியம்மாள். அவளுடைய போதாத காலம், அது வறண்ட நிலமாக இருந்ததால், வட்டியையக்கூட ஒழுங்காகக் கட்ட முடியவில்லை. 'களஞ்சிய'த்திலிருந்து கடன் வாங்கி, அந்தக் கடனை அடைத்தாள். மறுபடியும் கடனைப் பயன்படுத்தி, வீட்டுக்குக் கூரை போட்டு, சுறவை மாடுகளும், வாங்கினாள்.

கணவர் நிறைகுளத்தான், உள்ளூர் கேளியில் பூசாரி. அவளுக்கு பிரச்சனை ஏதும்



வந்தால், அவள் கூடவே இருந்து உற்சாகம் தந்தும், உதவி செய்யும் ஊக்குவித்தார். நாற்பது வருடங்களுக்கு மேலான திருமண உறவு அது!

ஒரு கோயிலில் கும்ப கலசம் வைக்க சென்ற நிறைகுளத்தான், தூதிர்ஷ்டவசமாக அங்கிருந்து கீழே விழுந்து இறந்துபோனார். சடங்குகளுக்கே சுமார் பத்தாயிரம் வரை செலவழிக்க வேண்டி வந்தது. 'களஞ்சியம்' உறுப்பினர்கள் இந்தத் தொகையை வட்டி ஏதுமில்லாமல் இருளியம்மாளுக்குக் கடனாகக் கொடுத்தார்கள்.

சேமிக்கவும் செலவழிக்கவும் உதவி கிவ்றன. இவ்வுழரன்ஸ் மூலம் கிடைக்கும் பரிசியம் தொகையை தன்வயந் மாவம்



**சிராமியச் சிறப்பிதழ்**

தரும் வாகையில் முதல்த் செய்வதற்கும், வறந்த நாள் அம்பாதிப்பதை நிறுத்தியதும்.

# பாதுகாப்பு எந்நாளும்!



அவருக்கு பென்ஷன்போல மாதம் தோறும் ஒரு தொகையை அளித்து உதவுவதற்கும்கூட இந்த திட்டங்கள் உதவிக்கொண்டன.

இன்ஷ்யூரன்ஸில் திறமையானவர்களை இடுக்கிவிறண்டு எம்ப்லோயுக்கும் நன்றாகத் தெரிந்த ஆயுள் இன்ஷ்யூரன்ஸ். விபத்து (அறாவறு ஆக்ஸிடென்ட்) இன்ஷ்யூரன்ஸ், சாஸ்நடைகள் இன்ஷ்யூரன்ஸ், நோயுற்ற காலத்தில் மருத்துவ

இருளியம்மாள் இன்ஷ்யூரன்ஸ் பாலிசிக்கு தவறாமல் ப்ரியம் கட்டி வந்ததால் இன்ஷ்யூரன்ஸ் பணம் ரூ.25,000/- கிடைத்தது. சுணாவரை இழந்த இழப்பு ஈடுகட்ட முடியாதது என்றாலும், இந்தத் தொகை சரியான சமயத்தில் அவளுக்கு உதவியது.

இதுபோல தொந்தியம்மாள், வாகுசி, பரமேசுவரி, ரத்தினம், கீதா, சுருளி என்று ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு வகை சோதனை, சிக்கலான சமயத்தில் கைகொடுத்து உதவியது 'களஞ்சியம்' இன்ஷ்யூரன்ஸ் திட்டம்.



★ கி.வி.குன்னமுத்தி

இன்ஷ்யூரன்ஸ். பயிர்கள் விளைச்சல் குறைந்து விவசாய நஷ்டங்களை எடு செய்ய இன்ஷ்யூரன்ஸ்... தவிர, குழந்தைகளின் கல்விக்காக, சூபாய் ஐம்பதாயிரம் அல்லது ஒரு லட்சம், வேண்டும் என்று தகப்பனார் இன்ஷ்யூரன்ஸ் எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

கல்வி தொகை கட்ட முடியாத சூழ்நிலை ஏற்பட்டால், இன்ஷ்யூரன்ஸ் கம்பெனியே அதைக் கட்டிவிடும். அப்பா காலமாகிவிட்டால் சாதாரணமாக கிராமங்களில் குழந்தைகளின் கல்வி தடைப்பட்டு நின்றுவிடும். எனவே குழந்தைகள் கல்வி உதவிக்கும் இன்ஷ்யூரன்ஸ் உதவுகிறது.

பெற்றோர் காப்பீடு எடுத்துக் கொண்டால், அசம்பாவிதமாகப் பெற்றோர் இறக்க நேர்ந்தால், அவர்கள் குழந்தைக்கு உடனே இன்ஷ்யூரன்ஸ் பணம், வாழ்க்கை நடத்தக் கிடைக்கும். அதாவது இன்ஷ்யூர்

செய்து கொண்ட தொகையில் ஒரு சதவிகிதம். அது தவிர 18 வயதாகிற வரை 15 வருடங்களுக்கு - மாதம் தோறும் ஒரு தொகை கைக்குக் கிடைக்கும். 18 வயதுக்குப் பிறகும், இன்ஜினியரிங் அல்லது மெடிக்கல் படிப்பைத் தொடர்ந்து மேற்கொள்ள முடியும்.

இன்ஷ்யூர் செய்து கொள்ளும் தொகையைப் பொறுத்து, காப்பீட்டுத் தொகை கிடைக்கும். இப்படிப் பலவித திட்டங்கள் இருக்கின்றன!

"ஏழைகளுக்கும் வசதிகள் திட்ட வேண்டும் என்பதற்காகத் தான் இப்படிப் பட்ட திட்டங்கள் இருக்கின்றன. ஏழைகளுக்கு உதவுவதால் சமூகம் பலன் அடைகிறது. சமூகம் பலனடைவதால் பொருளாதாரம் வளர்கிறது. சமூகப் பொருளாதாரம் மேம்பாடு அடைகிறபோது நாட்டின் நிலை உயர்கிறது. இன்ஷ்யூரன்ஸ் திட்டங்களின் அடிப்படைக் குறிக்கோள் இதுதான்!" என்கிறார் கிருஷ்ணமூர்த்தி.

- சாருகேசி

## கிராமத்தை!

தோலை மாவட்டத்துல, 'கலங்கல்'ங்கிற கிராமத்துல படிச்சேன். ஜிடி. தயாடு பிறத்த ஊர். ரொம்ப ஏழ்மையான அந்தக் கிராமத்துல, ரொம்ப எளிமையான வாழ்க்கை வாழ்ந்தோம். பள்ளிக் கூடத்துக்கு பல எம்ஸ்கள் நுடந்தே போனோம். ஸைக்கிளைக் கண்ணால கண்டதே பதினோராம் வகுப்புலதான். அதுவும் 'பீரெமெல்லம்' உடைஞ்சு போய், பல இடங்களில் பத்த வெச்ச பழைய ஸைக்கிள்.

என் பிள்ளைகள்கிட்ட 'உங்க அப்பன் அடிமண்ணுல இருந்து பிளாட்'பாரம் வரைக்கும் கஷ்டப்பட்டு வந்திருக்கேன். நீங்க அந்த பிளாட் 'பாரத்து மேலே நிங்கிற சிலையா இருக்கணும்னு சொல்வேன். இன்னிக்கு என் பிள்ளைகளும் எளிய பழங்கங்களும், உயர்ந்த சித்தனைகளுமா முன்னுக்கு வந்திருக்காங்க அதுக்குக் காரணம் என்னுடைய கிராமம் எனக்குத் தந்த மதிப்பிடுகள்தான்!



\* சிவசுமார்



பத்துப் பொருத்தம் பார்த்து,  
பேண்ணுக்கு கல்யாணம்  
பண்ணி வைக்கிறோம்...

பட்டுப் பொருத்தம்

பார்க்க வேண்டாமா ?



ஒவ்வொரு மகனிடமிருந்தும்  
பொருத்தமான மங்களகரமான  
பட்டுக்கு, 100 வருட பாரம்பரியமுள்ள  
கல்யாண சாரீஸ் விற்பனும்  
வைபவ் Weddings கலெக்டனை  
நான் பரிந்துரைக்கிறேன்.

*Suhasini Maniratnam*

Suhasini Maniratnam



மட்டன் தலைதகரம்



கீர்நாடக மாநிலத்தில் மண்டியமா மாவட்டத்தில் இருக்கிறது.

'நகரகெரெ' என்ற கிராமம். கிராமத்தின் பஞ்சாயத்துத் தலைவர் கிருஷ்ணா. 'கிராம சர்க்காரா' என்ற மாநில இதழை நடத்துகிறார். இது ஒரு சுவர் பத்திரிகை. இரண்டே பக்கங்கள் உள்ள இந்த இதழைக் கிராமத்தின் பொது இடத்தில் ஒட்டி வைக்கிறார்கள்.

கிராமத்தில் எவ்வளவு வரி வசூலிக்கப் படுகிறது. அது எந்தெந்த விதத்தில் செலவிடப்படுகிறது. ஒவ்வொரு ரூபாய்க்கு எவ்வளவு ஒதுக்கப்படும். அரிசி, சர்க்கரை, கோதுமை, மண்ணெண்ணெய் அவுஷ், அவற்றின் விலை போன்ற விவரங்கள் அந்த இதழில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன.

கிராம பஞ்சாயத்து நிர்வாகம் பற்றி எடுக்கப்படும் தீர்மானங்கள், கிராம நல இட்டங்களுக்குச் செலவாகும் தொகை, அளவு எந்த அளவு செயல்படுத்தப்பட உள்ளன என்பது போன்ற விவரங்களும்.

அந்த இதழில் உண்டு. இது தவிர மக்களுக்குக் கொடுக்கப்படும் சலுகைகள், உரிமைகள் பற்றியும் இதிலிருக்கின்றன. ஒரு விவசாயி தனக்குக் கிடைக்கும் சலுகைகள் முதல் அவர் கட்ட வேண்டிய வரி வரை அனைத்தையும் இதைப் படித்து தெரிந்து கொள்ளலாம்.

"நாங்கள் ரேஷன் பொருட்களுக்கு முன்பைவிட குறைவான விலையைக் கொடுக்கிறோம். அந்தப் பணத்திற்கும் பீஸ் கேட்கிறோம்" என்கிறார் சகிலா, என்ற குடும்ப தலைவி.

கீர்நாடக மாநிலத்தில், முதல் முறையிலே இப்படிப்பட்ட இதழை நடத்துவது 'நகரகெரெ' கிராமத்தான். அது அநிகாரிகன் பலர் இந்த முயற்சியை வரவேற்று உற்சாகம் அளிக்கிறார்கள். இப்போது இடைந்தாகர்

# சுவர் பத்திரிகை!



களின் இடையூறும் இயக்கிவை. அதிகாரிகள் மற்ற கிராம தலைவர்களிடம் நகரகெரெவைப் பின்பற்றச் சொல்கிறார்கள். ஒவ்வொரு பெற்ற இவ்வினியர் ஒருவர் 'நகரகெரெ' கிராமத்துக்கு, ஆயிரம் ரூபாய் பணம் அனுப்பி உற்சாகப் படுத்தியிருக்கிறார்.

- அனீதா சாமச்சந்திரன், பெங்களூரு

என்றும் உங்களுடன்

# மாங்கையார் மலர்

வழங்கும்

ஆன்மிகப் போட்டி - 6

ரூ. 5,000 பரிசு

பெருமைக்குரிய தமது இதிகாசங்கள், காவியங்கள், புராணம், திருக் கோவில்கள் போன்றவற்றிலிருந்து வினாக்களைத் தத் திருக்கிறோம். ஒவ்வொரு கேள்விக்குக் கீழேயும் மூன்று பதில்கள் தரப்பட்டுள்ளன. சரியான விடையைத் தேர்ந்து '✓' செய்து அனுப்பங்கள். குறுக்கல் முறையில் 20 பெருக்கு தகவ ரூ.250/- பரிசளிக்கப்படும்... எங்கே உங்க ஆன்மிக அறிவை சோதிச்சுப் பாருங்க!

1. ஏகனாவவல் யாளரத் தன்னுடைய மலதவ வில் குருவாக முழுமையாக ஏற்றுக் கொண்டவர்?

- (அ) பிஷயர் ☐ (ஆ) கிருபர் ☐  
(இ) துரோகணர் ☐

2. கோவில்களில் நவக்கிரகங்களில் பொதுவாக வாகனத்தோடு காணப்படுபவர் யார்?

- (அ) சுந்தியன் ☐ (ஆ) சனி ☐  
(இ) ஶாந ☐

3. மும்மூர்த்திகளில் சிவபெருமானின் தொழிலாகக் கருதப்படுவது எது?

- (அ) ஆக்கல் ☐ (ஆ) அழித்தல் ☐  
(இ) காக்கல் ☐

4. இந்தியாவில் பிரம்மணுக்கென்றே தனிக் கோயில் எங்கு உள்வது?

- (அ) புஷ்கர் ☐ (ஆ) கோவாரக் ☐  
(இ) மேபாட்டி ☐



5. திருமாவின் அவதாரங்களில் குதிரை மீது அமர்ந்தபடி உள்ளதாக சித்தரிக்கப்படும் அவதாரம் எது?

(அ) வாமனர் ☐ (ஆ) பலராமர் ☐ (இ) கல்கி ☐

6. ஆவணி ரோகிணி அஷ்டமியில் பிறந்தவர் யார்?

(அ) ராமர் ☐ (ஆ) கண்ணன் ☐ (இ) மீனாட்சி ☐

7. அவ்வையாரின் வாசகத்தை நிரப்புங்கள் 'ஆலயம் தொழுவது...'

(அ) ஆயிரம் புண்ணியம் ☐ (ஆ) காளையில் உத்தமம் ☐ (இ) சாலவும் நன்று ☐

8. தர்ம சாஸ்தா வீற்றிருப்பது எந்த மலையில்?

(அ) கொல்லி மலை ☐ (ஆ) சபரி மலை ☐ (இ) விராணி மலை ☐

9. நாரதரின் கையில் எப்போதும் காணப்படும் இசைக்கருவி எது?

(அ) வீணை ☐ (ஆ) சிதார் ☐ (இ) கஞ்சிரா ☐

10. குழந்தைப் பருவத்தில் முருகப் பெருமானை வளர்த்தவர்கள் எப்படி அழைக்கப்படுகின்றனர்?

(அ) சஷ்டிப் பெண்கள் ☐ (ஆ) சப்த கன்னியர் ☐

(இ) கார்த்திகைப் பெண்கள் ☐

- ஜி.எஸ்.எஸ்.



### போட்டி விதிகள் :

ஆன்மிக விடைகளை நிரப்பி இந்தப் பக்கத்தைக் கீழித்து அனுப்புங்க. ஒருவரே எத்தனை கூப்பன்கள் வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம். ஜெராக்ஸ் கூடாது.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : ஆன்மிகப் போட்டி - 6, மங்கையர் மலர், 47-NP, ஜவஹர்லால் நேரு சாலை, எக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

கடைசித் தேதி : 15.07.2009

பெயர் : \_\_\_\_\_ விலாசம் : \_\_\_\_\_

தொலைபேசி எண் : \_\_\_\_\_ ஈ-மெயில் : \_\_\_\_\_



# சச்சிபாண்டி புதிய அரங்க

இந்த கோடைக் காலத்திற்கு ஏற்ப சம்பா

அறிமுகப்படுத்தும் சந்தேரி, மகேஸ்வரி பிரிண்ட்டு மற்றும்

சம்பா காட்டன் பிரிண்ட்டு பாத்திக் சேலைகள் சுடிதார் வஸைகளை

அணிந்து கொள்கு மகிழுவர்கள்.



Champa

No.5, 3rd Street, Abirampuram, Chennai - 600 018. Tel : 044-24996907

Timings: 11 am - 1pm and 3pm - 8 pm. Sunday Holiday

VISA, MASTER & BOBCARDS ACCEPTED

## யரசுராமர் அவதரித்த நாடாண்டி சொந்த நாடாம் கேரளத்து பிரச்சனையை தீர்க்கும் பிரசன்ன நம்புதிரி ஜோதிஷம்

வழங்கையே பிரச்சனையா? அல்லது பிரச்சனையே வளங்களையா? விதையை (மதிப்பை) மாற்றித்தான் - தாழ்ந்ததை வலுவையாக்கி தீர்க்க முடியாத பிரச்சனையே கிட்டே அழர்வன வேறுதலை! Without solution No Problem பகைத் தபாசனை - சாஸ்தா தபாசனை - உபாசனை தபாசனை - மூலம் கிட்ட எட்டளையை நிரைவேற்றி. ஏனம் - பிம்பி - ஆய்வத்தினை ஒழித்து - எந்தோடி வளங்களை வளம் - நினைத்தது நிரைவேற்றி - ஊதம் - திருமணம் கைகட்ட - வெளிநாடு - வேலை - குழந்தை பாக்யம் - நம்புதிரி வசீரம் - ஒழிப்பில் எதிரிகளின் தொல்லைகளை தீர்த்து விடப்படி வசீரம் - பொன்னாப்பிழை மன்றைல் எரியில்லாதவர்களுக்கு தன்மந்திரி நேறாமம் - அம்பலங்கையில் எந்த தொல்லை தீர்க்க மன பிரத்யாக்ஷா நிகம்பன நேறாமம் - தேவபிரசன்னம் மூலம் எண்ணம் பொலவர்களை பற்றி அறிந்தால் மற்றும் அவைத்து நவகீரக யிகாரங்கள் - சுகம் நேஷா நிவாததி புஷ - நேறாமங்களுக்கு அருகாவும்.

பிரமம்மபுரி பாலக்காடு முநீ சூரியன் நம்புதிரி. M.A.B.A. (Astro)

அவர்களால் செயலிக்கப்படும் Instant Solution

## முநீ சாஸ்தா ஜோதிஷாலயா

140/45, சுப்பரமணிய முதலி தெரு, சைதாம்பேட்டை, எயில்வே நிலையம் அருகில்,

காரணி எஸ்வரர் கோவில் அருகில், சென்னை - 600 015,

Phone: 091-044-65171890, (0)98401 02001 / (0) 95001 52427 (0) 93815 07444

Visit: [www.namboodirijyothisham.com](http://www.namboodirijyothisham.com) | E-Mail: [suryaguru64@yahoo.com](mailto:suryaguru64@yahoo.com)

பொலிப்பா நுட்பவாணி சபை, கோட்டம், சென்னை, ஆய்வுகளைக் கட்டமைத் திட்டம் 2012 கட்டியே.

## சிறப்புச் சிறுகதை

சுந்தனத்தாய், கிளிச்சவியைக்களைத் துரத்துகிற போராட்டத்தில் மூச்சிறைத்தான். காலடிச் சீலைவையைத் தூக்கி இடுப்பில் செருகிக்கொண்டு, கம்பம்பயிரைக் காப்பாற்ற பொழிகளில் ஓடுகிறாள். கல்வெடுத்து எறிகிறாள். "ச்சூரு... ச்சூர் சூச்சூ... ஏய்யயக் ஹேரா... ய்யக்" என்று காட்டுக்கூப்பாடுபோடுகிறாள்.

இவளுக்குப் பயப்படுகிற மாதிரி பால்லா காட்டுகிற கிளிகள், இங்குட்டுப் பறந்து அங்குட்டு உட்கார்ந்து கொள்கின்றன. இவள் கல்வெறிகளுக்கும், சொல் லெறிகளான வசவுகளுக்கும் கிளிகள் அஞ்சுவதாக இல்லை.

அகல விரித்த பச்சை ஜமுக்காளம்

கொத்திக் குதறுகின்றன.

நாய் வாயில் சிக்கிய சர்க்கரைச் சாக்காக குதறப்பட்டு உதிர்கின்றன கதிர்கள். சந்தனத் தாய்க்கு குலைகொதிக்கிறது. "ஐயோ ஐயோ..." என்று பதறிப் பதைக்கிறது. மனசு, அலைபாய்கிற உணர்வு.

"அடப் பாக்கத்திகளா... இம்புட்டு அழிமாஸமா?" ஓயாமல் சுத்துகிறாள். அதட்டலாகக் கூச்சலிடுகிறாள்.

சித்திரைக் கடைசி. சாரல் மேகம், மேற்குத் தொடர்ச்சி மலை முதுகுதளில் படுத்துக்கிடக்கிறது. அவற்றைச் செங்குழம் பாக்கக் காட்டுகிறது. அடைகிற பொழுது, 'சூரு' என்று ஆகிறது, காலத் தேவதை

# சூர்பத்தாய்!

காற்றில் மிதந்து வருகிற மாதிரி யிருக்கிறது. கிளிப்படையின் கூட்டு வருகை. ஆயிரக்கலக் கில் வந்து, கதிரில் முற்றுகை. உட்கார்ந்தவுடன் வளைந்தாடு கிற கம்பம் பயிர்கள். அசராமல், பதறாமல் கதிருக்கொரு கிளி. பாலன்ஸ் செய்துகொண்டு



மேலான்மை பொன்னுச்சாமி

யின் இறக்கை நிழலாகப் பாவுகிற இகுட்டு.  
கிளிகளின் ஆட்டம் சுற்று அடங்கியது.  
தூரத்துப் பனைகளில் அதன் கூப்பாடு.  
அவை அதன் வீட்டை அடைகின்றன.

'இன்னிக்கு மல்லுக்கட்டு முடிஞ்சது'  
என்று சேர்ந்து, துவள்கிறது மனசு.  
'இனிமேத்தான்... சோத்துப்பாட்டுக்கு வழி  
பாக்கணும்' என்று நினைக்கிறபோது...  
மலைத்துப் போகிறது நினைவு. தனர்  
நடையாக வீடு வந்து சேர்ந்தாள்  
சத்தனத்தாய்.

'பொட்டச்சியா ஜெம்மெடுத்ததுக்கு...  
இம்புட்டுச் சேழிவா' என்ற சேர்வுணர்வு.  
'உஸ்ஸ்' என்று உட்கார்ச் சொல்கிற கால்  
கள். 'நீட்டி நிமிர்ந்து படு' என்கிற குறுக்  
கெலும்பு.

'யம்மா... சோறு வை' என்று  
ஒடி வருவானே சின்னப்  
பயல். "என்ன சாப்புட  
லாமா?" என்று வந்து  
நிற்பானே சின்னக்கனி.

**வாழ்க்கையில்**

சாட்டையடிச்  
சுழற்சியில் முடுக்  
கப்படுகிற சந்  
தனத்தாய்,  
அடுப்பை  
மூட்டுகிறாள்.  
உலை  
கொடுக்கிறது.

அரிசியை அலசி அள்ளிப்போட்டு னைக்  
கணிசமாக உப்பும் போட்டு காய்கறியை  
நறுக்குகிறாள். ஒரே புளிக்குழம்பாக  
வைத்துவிட்டால், நாளை மதியம்  
வரைக்கும் சரிக்கட்டிலிடலாம்.

இன்னொரு அடுப்பில் டீத் தூளைப்  
போட்டுக் கொடுக்கவிட்டாள். கடையில்

வாங்கி வைத்த காராச்சேவு.

திற்பண்டத்தைப் பார்த்துக் கொண்டாள்.

வந்து நிக்கிற



**சிராமியச் சிறப்பிதழ்**





மகனும் சரி, சின்னக் கனியும் சரி...  
 "பெிக்குது. என்னமாச்சம் இருக்கா?"  
 எப்பார்கள்.

காராச்சேவையும் மத்தண்ணீரையும்  
 தந்தால் பசி தணியும். அதற்குள், அடுப்பு  
 வேலை முடிந்துவிடும்.

அதுத்துவியர்த்த உடம்பு, குளித்தால்  
 தான் உயிர்த் திரும்பி வரும். சின்னக்கனி,  
 எப்ப தொடுவான் என்று சொல்வ முடி  
 யாது. தொட்டால் மறுக்க முடியாது.  
 குழைந்து இடம் தரணும். உடம்பும்  
 மனசும் தயாராக இருக்கணும்.

சின்னக்கனி, என்றால் சந்தனத் தாய்க்கு  
 ஒரே கிறுக்கு. இந்த ஊரிலேயே டக்கர்  
 டிரைவரான முகல் இளவட்டம், இவன்  
 தான். டக்கர் சீட்டில் ஏறி உட்கார்ந்து,  
 சட்டைக் காலரைத் தூக்கிவிட்டுக் கொண்டு  
 நிமிர்ந்து பார்த்தால்... ராஜா மாதிரி  
 கம்பீரமாகத் தோன்றுவான்.

"அவன்தான் வேணும்" என்று ஒந்  
 றைக்காவில் தவமிருந்து கடடிக் கொண்ட  
 வன், சந்தனத்தாய். அவன்மீது அம்புட்டு  
 கிறுக்கு. தேலில் விழுந்த வறும்பாக,  
 தித்திப்போடு நினைபிற மனமயக்கம்.  
 உயிர்த்தினைப்பு.

இவள் ஆசைப்பட்ட கணத்தில் "இப்ப  
 வேண்டாம்" என்று உறக்கத்தில் சின்னக்

கனி கன்னணைச் செருகியதுண்டு, இவன்  
 தொட்டு... அவன் மறுத்த நாளே கிடை  
 யாது. அவன் தொடுகிற நேரமெல்லாம்  
 உயிர்க்குழைய மனம் சிலிர்ப்பான்.

அவன் தொட்டால், பூ வந்து விழுந்த  
 மாதிரி உணர்வான். தொடுதலில் ஒரு  
 நனிவம். ஓர் இனிய வருடல். இதமான  
 ஸ்பரிசும். நெஞ்சு குளிரும். உணர்வுலகில்  
 மிதப்பான்.

சின்னக்கனியும் வந்துவிட்டான். பம்பு  
 செட் மோட்டாரின் குளித்துவிட்ட, சரத்  
 துணிகளோடு வந்திருந்தான்.

"என்வ சந்தனம், கிளி வரத்து ரொம்ப  
 இருந்துச்சோ?"

"அதை ஏன் கேக்கே...? உகர் அ(று)ந்து  
 போச்சு.

"வளத்துலே இருக்குற மரங்களையெல்  
 லாம், கண்மாயின் உள்வாய் மரங்களை  
 யெல்லாம் வெட்டிக் காலிபண்ணாப்பண்ண  
 இருக்க எடமில்லாம மயில்காடும் கிளிக்  
 காடும் இங்க வந்து உகவா வாங்குது."

"கருது பெறக்குற வனாக்கும் இந்தச்  
 சீரழிவுதான்..."

"அதுக்குள்ளேயே ஏதார்க்கம் ஒரு வழி  
 பாக்கணும்" என்று தொண்டைக்குள்  
 னேயே சந்தமாக முணுமுணுத்துக் கொள்

## அட!

நாட்டில் எவ்வளவோ கிராமங்கள் உள்ளன.  
 ஆனால், 'கிராமம்' என்ற பெயரிலேயே ஒரு  
 கிராமம் உள்ளது. இது, விழுப்புரம் மாவட்டம்  
 திருவெண்ணைய் நல்லூருக்கு அருகில்  
 இருக்கிறது.

காப்பியக்குடி என்றால் உடனே 'எங்கே  
 காப்பி' என்று கேட்டுவிடாதீர்கள். நான்கு  
 மாவட்டத்தில் சீர்காழிக்கு அருகே உள்ள ஒரு  
 கிராமத்தின் பெயர்தான் 'காப்பியக்குடி'!

- ஏ.கே.நாசர், டி.ஆர். பட்டினம்





தீஞ்சுவை மாவட்டம், புதுக்கோட்டை நகரில் உள்ள கிராமம். எங்க வீட்டு பணியாளர்கள் ஆடு, மாடு, மேய்க்கப் போகும்போது நானும் போவேன். அங்க இருக்கிற பூவரசம் பூ மாந்தில்தான் பீபி செவ்வது, கஞ்சல் ஆடுவது, பட்டு பட்டுவது, கவிதை பாடப்பது என்று என் வாழ்க்கையும் ஆரம்பிச்சது. அம்மா, அப்பாவுகிற உறவுகள் தூண்டி என்னோட உயிரை பூவரசம் பூ மாம் இருத்தது. சென்னையைக்கு வந்து மூன்று வருஷம் வுழிச்சு, எங்க ஊருக்குப் போனதும் பூவரசம் பூ மாந்தைதான் பார்க்கப் போவேன். புயல்வந்துல மரம் கைக்கு, வேர் மட்டும்தான் பார்க்க முடிஞ்சது. கதறி அழுதேன். கிராமம்தான் யார் சொன்னாலும் பூவரசம்பூ மாம்தான் கண்ணுல நிற்கும். என்னுடைய வேர்கள் இன்னும் கிராமத்துதான் இருக்கு.



\* சிதேஷா

கிறான் சின்னக் கவி. அது, அவனுக்குக் கேட்கலில்லைய.

"விடியக்காலம் மலிவ் சலியங்கனும் உங்களைப் பாடாய்ப்படுத்திடுதோ?"

"அனாதையேன் கேக்கோ மந்தைமத் தையா மலிவ்கூட்டம். கருதைச் சீரழிக்குற விதமே, ரொம்பக் கொடுமையாதிக்கு"

"என்ன செய்ய! வெவைய சுவக்குற சம்சாரி, சூரியனைப் போல. சூட்டையும் வெயிலையும் தானே சுவச்சுக்கிட முடியுமா? பகிர்ந்து குடுக்கணும்லே?"

சத்தனத்தாயை எரிச்சலுடன் பார்த்துக் கிறான் சின்னக்கவி.

தாய் மனசோடு பேசுகிறான், தொடர்ந்து.

"எல்லா ஜீவராசிகளுக்கும் இரைகுடுக்குற கடனையும் நமக்கு இருக்குவ்லே?"

"எல்லாருக்குமே இளரயாகுது சம்சாரிக தானோ?"

அவனது குரலில் ஒர் இறுக்கமான நையாண்டி. பசைமை உணர்வின் குத்தல்.

அன்றைக்கு அவன் தொடவுமில்லை. மூர்க்கம் கொள்ளவுமில்லை. ஏதோ கனத்த யோசனையில் மயலாக்கப் படுத்துக்

கொண்டே உச்சி முகட்டையே பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறான், சின்னக்கவி.

மறுநாள் சாயங்காலம். கிளிப்படை வந்துக்குமோ என்ற பதைப்பில், சந்தனத் தாய். கதவைச்சாத்திவிட்டு, 'அவக் கொவக்' என்று பாபாப்பாகப் பாய்ந்தான். தடையை எட்டிப்போட்டான்.

புஞ்சையை நெருங்கினான். அடர்த்தி யான கம்பம் பறிகள். சமையரத்திலான பறிகளின் அணிவகுப்பு. பசிய வெண்மை நிறக்கறிகள். காற்றுக்கு ஒன்றுபோல் தலை வணங்கி கையகைக்கிற கம்பம் பறிகள். கதிர்களின் கூட்டசைவுகள், கோடிக்கைகளின் முழக்கங்கள்போல தோன்றுகிறது. கதிர்களின் அசைவுகளில் காற்றின் உருவம் தெரிகிறது.

கிளிகளைக் காணவில்லை. என்னாச்சு? பேராச்சரியத்தில் தந்தனிக்கிறான் சந்தனத்தாய்.

ஆங்காங்கே செத்துக்கிடக்கிற கிளிகள். அதன் அடி வயிற்று வெண்ணிட்டு. கிளிகளை மொய்க்கிற ஏறம்புகள். சற்று தன் விப் பார்த்தால் பெண் மலிவ்கள் விறைத்

துக் கிடக்கின்றன. விஷம் தின்று மாய்த் திருக்கிற கிளிகள், மயில்கள்.

சந்தனைத் தாய்க்குள் தீவைத்த மாதிரி யான பகீர் உணர்வு. உயிரின் ஆணி வேர் வரைக்கும் அதிர்ந்து நடுங்கிவான். பதற்றத் தில் சட்டென வாய் உலர்ந்தது. மழையை யின் மரணத்தைப் பார்த்த மலப்பதைப்பு.

"ஐயய்யோ... அடப்பாதரவே... இந்த அப்புராணி ஜீவராசிக்கும் வெஷம் வைக்க கொலந்துக்கு, எந்தப் பாலிப்பயலுக்கு மனசு வந்துச்சு? அவன் மனுசப் பயதானா? அவன் வாய்வே மண்ணுவுமா?"

கொதிப்பும் குமுறுமுமாகக் கொந்தளித் துச் சிறுகிரான் சந்தவத்தாய். மனச்சிறையாக தெறிக்கிற சாபச் சொற்கள். தாய் மனசு தாங்காத உயிர்க் கொணவகர். தாய், ரௌதாரம்.

"இந்த மயில் சவியாய்க்ளோ... இவையோ என்னாலே மாரடிக்க மாய்க்குக் போக முடி யாதும்கூட..." சிவ்வக்கவியின் அயர்ச்சியொலி

குரல், நினைவுக்குள் உரசியது.

அவளுக்குள் குலை கொதித்தது.

சாப்பிடும்போது...

"மயிலுகளும் கிளிகளும் செத்துக் கெடக்குது. பாத்தீகளா?"

"எப்படியும் வெளைஞ்ச வெள்ளாமை யைக் காப்பாத்தணும்மே?"

குவிந்து சோற்றையள்ளிக் கொண்டே அவன் கொன்ன பதிலில்... சந்தவத்தாய் அதிர்ந்து நடுங்கிவிட்டாள்.

"இந்த சவப்பயலையா... இம்புட்டு பெருசா தெனைக்க கொக்கிப்போய்க் கெடந்தேன்?"

மலத்தின் மிதித்துவிட்ட மாதிரியோர் மதுவையால் ஒடுங்கிப் பம்முக்கிறது மூலம்:

இரவில்:

புறங்கின் கைப்பாட்டால் சிவ்வக்கவி, இவன் தொடுதிலில், உயிர்க்குழைய னிப்பனை, விளறத்தது.

தொட்ட, அகைய ஆங்காரமாய் நடடி விடுகிறான் சந்தவத்தாய்!

## கோயம்புத்தூர்

முனைவர் இராமரத்தான் :

(தமிழ்நாடு மாநில மகளிர் ஆணைய தலைவர்)

**கோயம்புத்தூர்** கொளத்துப்பாளையம் கிராமத்தான் நான் பிறந்து வளர்ந்த இடம். எங்க கிராமத்துல பள்ளிக்கூடம் நடந்து வதற்கு என் தந்தைதான் இடம் கொடுத்தார். 'நான்தான் படிக்கல, நீங்களாவது நல்லா படிக்கணும்'னு அடிக்கடி சொல்வாரு. அப்ப (1980) பெண் பிள்ளைகளை வெளியிலே விடமாட்டாங்க. 'பொட்டப் பொண்ணு படிச்ச, கலெக்டர் வேலைக்கா போக போகுது'ன்னு கிராமத்துல நிறையப் பேர் கேட்டாங்க. எல்லா எதிர்ப்பையும் மீறி குதிரைக்கு லாடம் கட்டின மாதிரி எனக்கும், என் தந்தைக்கும் என் படிப்பு மட்டுமே குறிக்ளோனாயிருந்தது. எங்க கிராமத்துலயே பள்ளிக்கூட படிப்பை முடிச்ச கல்லூரிக்குப் போன முதல் பட்டாளி பெண் நான்தான். இன்னிக்கும் எங்க கிராமத்துக் குப் போனும்போது வளத்துவிட்ட அந்தப் பள்ளிக்கூடத்தைப் பார்த்துவிட்டுதான் வருவேன்.







# “மலர் கொடுத்து வருகிறோம்!”

வாசகியர்  
கருத்துகளை  
சிரமேற்கொண்டு  
‘ஒரு கிராமத்துக்கு  
ஒரு மங்கையர் மலர்’  
என்ற நோக்கத்தை  
செயல்படுத்தத்  
தொடங்கியிட்டோம்!  
தலைமுறை  
தலைமுறையாக  
கட்சியின்  
முகவர்களாக  
கிறந்து,  
நம்முடைய  
நோக்கத்தை  
ஏற்கெனவே,  
சத்தமில்லி  
நிறைவேற்றிக்  
கொண்டிருக்கும்  
பெண் முகவர்களுக்  
கிலை உங்களுக்கு  
அறிமுகப்படுத்துகிறோம்.  
முகமதியா  
கிராமங்களுக்குக்  
குறைந்த  
பிரதிகளாகவிருந்தாலும்,  
மங்கையர் மலரை எடுத்துக்  
செல்லும் அவர்களுக்கு  
கிந்த நேரத்தில்  
எங்களின் மனமார்த்த  
நன்றியைத் தெரிவித்துக்  
கொண்டு அவர்களை  
வகையாடிக் கொள்வோம்!

சுஸ்வதி ஸாணி (கருநாடகம்):

எனக்கு எழுபது வயதாகுது.  
இருபத்து ஐந்து வருஷமா கல்வி  
திறுவனத்துக்கு முகவரா இருக்  
கேன். விவசாயம், தடுப்பத்  
தொழிலா இருந்தாலும், பெண்  
கருத்துத் தன்னம்பிக்கையும், எதிரி  
யத்தைப் கொடுத்துப் பத்திரிகையை,  
கொடுத்துக் கொடுத்துச் சொல்றது என்  
துப் திறு பங்கு கொடுத்த ‘கல்வி’ திறுவனத்  
துக்கு நன்றி!



நடராஜா (பெரியந்தல், பெரார்,  
பதர் (மாவட்டம்): நான்கு கல்வி திறு  
வனத்தோடு குடும்பத்துடன் இணைந்து  
இருபது வருஷம் ஆகுது. இனிவரும்  
எல்கத் தலைமுறையும் இதில் முகவரா  
தெய் நெய்யாண்டு நினைக்கும்பொழுது  
பெருகலா இருக்கு.



சுசுதி (பெரிய செவ்வை): நான் தொடக்  
கப்பள்ளி ஆசிரியையா இருக்கேன். எங்க  
அப்பா கல்வி முகவரா இருந்து ஐந்து வரு  
டம் இருந்தாரு. பெண்களுக்கான பத்திரிகை  
இது பாடிக்கப்பாடுன்னு பல வருடங்களுக்கு  
முன்னாய் பண்ணையர் மலரை எங்கிட்ட கொடுத்தாரு. அப்போம் தானே மத்தவங்களுக்கும்  
கொண்டு போய் சேர்க்  
கிறென்னு பொறுப்பை  
வாங்கிக்கிட்டேன்.  
கொடுத்த பொறுப்பை  
தன்னை செய்வேன்னு  
நினைக்கிறேன்.







நடேசன் பூங்காவுக்கு எதிரில் உள்ள ரிஷிதா எடைக்குறைப்பு மையத்தின் உரிமையாளர் ரிஷிதாவிடம் "உங்களிடம் இருக்கும் கருவிகள் மூலம் உடல் எடையைக் குறைப்பீர்கள், அவ்வளவு தானே?" என்று கேட்டவுடன் "அவ்வளவுதான் என்றா கேட்கிறீங்க? அப்படியானால் கீதா பற்றி உங்களுக்குச் சொல்ல வேண்டும்" என்றார்.

"கீதா, சென்னையில் புறநகர் பகுதி ஒன்றில் வசிப்பவர். வங்கியில் பணி, இருபத்து நான்கு வயது. வயதுக்கேற்ற உயரம். ஆனால் உடல் எடைதான் சம்பந்தமே இல்லாமல் எக்கச்சக்கமாக இருந்தது. நூற்றிருபது கிலோ எடை! ஆசைப்பட்ட உடைகளை அணிய முடியவில்லை. பார்த்த நான்கு வரங்களும் கீதாவின் மிக அதிகமான எடையைக் காரணம் காட்டியே மறுத்து விட்டார்கள். மற்றவர்களின் கேலிப் பார்வை வேறு. இவ்வளவும் சேர்ந்து கொள்ள கீதாவின் தன்மைபிக்கை முழுவதும் மறைந்துவிட்டது.

என்னை முதலில் சந்தித்த போது அழுதுவிட்டார். "பல உடல்குறைப்பு நிறுவனங்களுக்குப் போய் வந்தாச்சு. ஏதோ கொஞ்சம் எடை குறையும். ஆனால், நாளடைவில் அனை விட இரண்டு பங்கு எடை அதிகம் சேர்ந்துவிடும். எனக்கு வாழ்க்கையில் பிடிப்பு இல்லை. என் அம்மாவிடம் கூட நான் பேசுவதில்லை" என்றார்.

ஒரு மணி நேரத்துக்கு அவருக்கு கவுன்சலிங் செய்தேன். "முதலில் உங்கள் பெண்ஷனை குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். பெண்ஷன் காரணமாகவே உங்கள் எடை மேலும் அதிகரித்திருக்க வாய்ப்பு

உண்டு" என்று கூறினேன். பிறகு எங்களிடமிருந்த கருவிகள் மூலம் அவர் உடலின் எடை குறைக்கப்பட்டது. எங்கள் டாக்டரின் ஆலோசனைப்படி மிதமான யோகா பயிற்சிகள், தியானம் ஆகியவை அவருக்கு அளிக்கப்பட்டன.

கீதா முழுமையாக ஒத்துமையுத்தார். "லாக்கிப் பயிற்சி அவசியமில்லை. உணவு முறையிலேயே கூட சின்ன மாறுதல்தான்னு நீங்க சொல்வதைக் கேட்கவே ஆனந்தமா இருக்கு. ஆனாலும் தொடைகளிலும் கைகளிலும் சேர்த்திருக்கிற கொழுப்பு எவ்வளவு தூரம் களையும்னு சந்தேகமாத்தான் இருக்கு" என்றார்.

ஆனால், சில வகுப்புகளிலேயே அவரது சந்தேகம் மறையத் தொடங்கியது. எங்களிடம் உள்ள கருவிகள் உடலின் எந்த பகுதிகளில் முக்கியமாக எடை குறைய வேண்டுமோ அந்தப் பகுதிகளாகப் பார்த்து அதிக எடையைக் குறைந்ததில் உடலின் வடிவம் வனப்புப் பெற்றது.

நான்கு வகுப்புகள் முடிந்தவுடனேயே

## குறையட்டும் எடை;

கீதாவின் அம்மா, என்னிடம் தொலைபேசியில் "ரிஷிதா, என் மகளின் மனப்போக்கை நீங்க மாற்றியதுக்கு ரொம்ப தேங்க்ஸ். இப்பல்லாம் அவ என்கிட்டே சந்தோஷமா பேசத் தொடங்கியிருக்கா" என்றார்.

கீதாவிற்கான பயிற்சி வகுப்புகள் முடிந்தபோது அவர் உடலில் நாற்பது கிலோ எடை போயே போய்விட்டிருந்தது.

"ரிஷிதா, நீங்க என் உடலை மட்டும் மாத்தலே, மனசுக்கும் புத்துணர்ச்சி கொடுத்துருக்கீங்க. என் வாழ்க்கையின் மிகச் சிறந்த



## நீறையட்டும் மகிழ்ச்சி!

நேரம் உங்களைச் சந்திச்சதுதான்" என்று தோ சொன்னார். அவரைப் பிற ஆண்கள் நிராகரித்ததுப்போக, தோவே சில வரங்களிலிருந்து தனக்குப் பிடித்த வரைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொண்டார். நிச்சயதார்த்தம் முடிந்துவிட்டது.

வனஜாவைப் பற்றியும் உங்களிடம் சொல்ல வேண்டும். நாற்பத்து ஐந்து வயதில் என்பதற்கென்று திலோ எனையோடு, ரத்தக்கொதிப்பு, காய்வலி, தைராய்டு நிக்கல்களோடு வந்தவர் அவர். ஆதிரியையாக வேலை செய்த அவரது வயிற்றுப் பகுதியும் பின்புறமும் மிகவும் பருத்திருந்தன. முகத்தின் டபுளின், போதாக்குறைக்கு கண் களைச் சுற்றி கருவனையங்கள்.

இங்கு சேர்ந்த முதல் நாளிலேயே அவரது இடுப்புப் பகுதி ஒன்றரை இன்ச் குறைந்ததை அறிந்ததும் அவருக்கு நம் பிச்சை வந்துவிட்டது. சுமார் முப்பது மீட்டிங்குகளில் இருபது திலோ எனையோடு குறைந்தது. ஃபேஸ்லிப்டிங் வகுப்பு களில் சேர்ந்ததில் கருவனையங்களும் டபுளின் ஓயும் மறைந்துவிட்டன.

கவரைப் பிடித்த படியே முதல் சந்திப்பில் நடந்துவந்த வனஜா, கோர்ட்டு முடித்தபோது சரியான எனையுடன் தன்னம் பிச்சை பெறங்க தானாகவே நடந்து சென்றார். "என்னால் நம் பவே முடியவில்லை ரிஷிதா" என்று அவர் மகிழ்ச்சியோடு சொன்னார் என்று கூறி முடித்தபோது ரிஷிதாவின் முகத்திலும் மகிழ்ச்சி.

எல்லாரும் மகிழ்ச்சியாக இருந்தா நமக்கும் சந்தோஷம்தானே?

- ஆதர்ஷ்



“இருபத்தைந்து ஆண்டுகளுக்கு முன்பு எனக்கிருந்த கனவு தற்போது நனவாகி வருகிறது. நோபல் பரிசு பெற்ற பொருளாதார மேதை, வங்க தேசத்தின் டாக்டர் முகமது யூனஸ், வங்காள தேச கிராமங்களில்

‘கிராமியன்’ வங்கி அமைத்து, கிராமப்புற பெண்களின் வாழ்வில் புதிய விடியலை ஏற்படச் செய்திருந்தார். நான் வங்க தேசம் சென்று அவரிடம் பயிற்சி மற்றும் ஆலோசனைகளைப் பெற்று வந்தேன். அதன் அடிப்படையில் இங்கு உருவானதே கிராம விடியல் மைக்ரோ சேவாபணான்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்.

“தமிழகத்தில் காரைக்கால் சேர்த்து மொத்தம் 28 மாவட்டங்களில் 155 கிளைகள், நான்கு லட்சத்து ஐம்பதாயிரம் பெண்கள் உறுப்பினர்கள், இதுவரை 951 கோடி ரூபாய் கடன் வழங்கப்பட்டு 749 கோடி ரூபாய் திரும்ப வந்துள்ளது. கடன் நிலுவை 202 கோடி ரூபாய், கடனை திருப்பிச் செலுத்துவதில் எங்கள் உறுப்பினர்கள் நூறு சதவிகிதம் இலக்கை எட்டியுள்ளனர். இன்னும் இரண்டாண்டுகளில் பத்து லட்சம் உறுப்பினர்கள் எங்கள் இலக்கு.

“எங்கள் நிறுவனம் ஐஎஸ்டி 9001: 2000 தரச்சான்றிதழ் பெற்றுள்ளது. சிறு கடன் தர நிர்ணய நிறுவனம் ஆய்வின்படி உலக அளவில் செயல்படுகிறது. நூறு சிறு கடன் திட்ட நிறுவனங்களில் நான்காம் இடத்தையும், இந்திய அளவில் முதல் இடத்தையும் பெற்றுள்ளது கிராம விடியல் மைக்ரோ சேவாபணான்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்!” என்கிறார் அதன் நிர்வாக இயக்குநர் எஸ். தேவராஜ்.

**கனவு தொழில்**

“கிராம

விடியல், மகளிர் சுய உதவிக்குழு பெண்களுக்கு, தொழில் நிமித்தமாக சடனுதவி தந்து, அந்தக் குடும்பங்களின் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்தி வருகிறது. மைக்ரோ சேவாபணான்ஸ் டிட்டம் முதலம், நியாயமான குவாந்த வட்டி, அசல் பணம் குறைவாக குவாம வட்டியும் குவையும். அந்தந்தப் பகுதிக்கு ஒரு மையம், வீட்டு ஆபீசர், குடிசைவசதி,

கேள்வி  
யர்ந்து  
இருப்  
பாங்கு.

“கடன்

வரங்கு வளங்க  
ஒவ்வொரு வாழ்வும் பணம் கட்டிடு  
வாங்க. பத்து வாரத்துக்கு ஒரு  
தடவை வட்டி குவையும், சமயத்துல  
கனா வெவாரம் அசல் மட்டிள் கட்டி  
வரல் போதுமாறுகூட வந்துடும். 1995ல்  
நான் சந்தாபண உறுப்பினர் ஆவேன்.  
இன்னவக்கி ஆசா நிராம விடியலின்  
நாயகனா லட்சம் உறுப்பினர்களின் கூட்  
டணைப்புத் தலைவியா செயல்பட்டு  
வார்டேன் ஆசா கிராம விடியல்,  
1995லிருந்து கிராம விடியல் மைக்ரோ  
சேவாபணான்ஸ் பிரை

வேட் லிமிடெட்

ஆக, உயர்ந்ததல்  
எது” எனக் கூறு  
கிறார் நியூ வய  
ல்டர் கிராமத்தாதர்  
சேர்ந்த எஸ்.  
மகேஸ்வரி.







காடு கரைகளில்  
வேலை  
இல்லாட்டி,  
இங்ஙன  
எவ்வாறு  
கொஞ்சம்  
பட்டாடிக்கை  
பொய்யிலும்,  
அதனாலு  
யா வாய்ப்பு.



**கிராமியச் சிறப்பேழை**

அதிகானல் ஸ்ரீதேவ மணி, அந்தச்  
சிவனாழ்வாரை கிராமத்தில், முதல் ம.  
ஆதலும் 'சொய்ய... சொய்ய...' சப்தம்

# விடியல்!

தவறாமல் கேட்கிறது. கமார் நூறு  
விடுகள் மட்டுமே கொண்ட  
குக்கிராமத்தின், ஒரேயொரு மக்களை  
அது. அங்கு ம. மாஸ்டரம்மா  
கப்பலுட்கமி.

"ஒரே ஒரு ஊர்... ஒரே ஒரு மகா  
ராணியங்கு மாநிலி, இந்த ஊர்வ ஒங்க  
மக்களை மட்டும்தான். ஏவாரம்  
பிச்சிகிட்டிப் போவோம்?" என்று  
கப்பலுட்கமியின் வாயைச்  
கிளறினோம்.

"அதான் இல்லீங்க,

**இருபது**

வருடங்களாக, ஊறுகாய்  
தொழில் செய்து  
வருபவர், மாரி  
பாண்டியம்மாள்.  
திருச்சி, உறையூரில் ஒரு



பந்து வருசத்துக்கு முன்னாடி.  
வண்டியில் வந்த கந்து ஆளுங்களுடா.  
பணம் வாங்க ஆரம்பிச்சேன். ஒரு கந்து  
அடைக்க இன்னொரு கந்து  
வாங்கிடுவான். மக்களை வ வந்த திவாரி  
வாறுமாவான் கந்து கட்டவே சரியாய் போச்சு.

"இதுவேந்து எப்போ லீயப்  
போறோமனு திகைப்பா இருந்திச்சு.  
அப்பத்தான் ஆசா கிராம விடியல்காரங்க  
இந்த ஊருக்கு வந்தாங்க. கிராம விடியல்  
மகளிர் கர உதவிக்குழு உருவானது.  
நான் அதுல உறுப்பினரா சேர்ந்தேன்.  
மத்த குழு மாதிரி சேமிக்கணும், கடன்  
வாங்கும் போது ஒரு தொகை முல்  
பணம் கட்டணும்னு கண்டிசன்லாம்  
அதுல இல்ல. அவுங்கனோட, ஒரே  
கண்டிசன், வாங்குன கடனை முழுசா  
திருப்பிக் கட்டிடணும். ரொம்ப கம்பி  
வட்டி.

"சிறு கடன் திட்ட உதவி மூலமா,

இப்ப எங்க வாழ்க்கைந்தரம்

உயர்ந்திருக்கு!" எனச்

சொல்கிறார் புதுக்கோட்டை,

நிறுகளை

கிராமத்திலிருக்கும் கப்பு

வட்டி.

சந்தில், பத்துக்குப்

பதினைந்தே அடி

அளவு கொண்ட சிறு

விடு. அதுதான்

அவரோட



→ ஊறுகாய் கம்பெனி கம் ஹவுஸ்.

"நான் வீட்ல உட்கார்த்தே போட்ட லம் போட்டு பேக் பண்ணி தந்திடு வேன். என் புருசன், எல்லா பக்கமும் அலைஞ்சி கடையில் போட்டுட்டு வந்திடுவாரு. ஆரம்பத்துல பஸ்கல ஏறி இறங்கி, அங்கங்க நடந்து போய் லைன் பார்த்தாரு. அப்புறம் புதுசா சைக்கிள். ஏவாரம் பெருகிச்சு. இப்ப டி.வி.எஸ். பிஃப்டி.

"எங்களுக்கு ரெண்டு பசங்க. காலேஜ் விட்டு வந்ததும் சாயந்திரமா சைக்கிள் எடுத்துட்டு அவங்களுக்கும் லைன் ஏவா ரத்துக்குப் போய்ட்டு வருவாங்க. இது எங்களுக்கு குடிசைத் தொழில் மட்டு மல்ல, குடும்பத் தொழில்!

"ஆசா கிராம விடியல்ல நான் சேர்ந்து அஞ்ச வருசம் ஆவது. அதுக்கப்புறம் தான் ஏவாரம் பெருகிச்சு. லைன் போக டி.வி.எஸ். பிஃப்டி, பையன்ங்க காலேஜ் படிப்புனு எல்லாத்தையும் கொஞ்சம் கொஞ்சமா சாதிக்க முடிஞ்சது!"

எனச் சொல்கிறார் மாரி பாண்டியம்மாள்.



வரங்கி. இந்த மாதத்துல 'விடியல்' கணினி வாரியம் நுவல்கிறேன். ஆறு வருசம் ஆவது. நல்ல லைன்சி கண்டிடுக்கேன்.

"இப்ப ரெண்டு பிஸ்டம்.

திருச்சி அருகே சோமராமப்பேட்டை. கிராமத்துக்கு முன்பாக ரெட்டை வாய்க்கால் வரியா. வயல்கள் நிறைந்த பகுதியில், இப்போது எங்கு நோக்கினும் வீடுகள். கடலைமிட்டாய் விற்கும் பெட்டிக்கடை. இருந்த இடத்தில் தற்போது ஒரு கம்ப்யூட்டர் சென்டர். கடலைமிட்டாய் பெட்டிக்கடை இப்போதும் இருக்கிறது. சற்று தூரம் தள்ளி, வேப்ப மரத்தடியில்.

"இங்கவாறா கம்ப்யூட்டர் சென்டர் ஒபன் பண்ண போறீங்க. வேலைங்க வருமா? கடை வாடகை கட்ட முடியுமா? அது ஆரம்பத்துல எண்ணிய பயமுறுத்தினாங்க. கிராம விடியல்ல உறுப்பினராகி, துணிஞ்சு ஒரு பிஸ்டம்

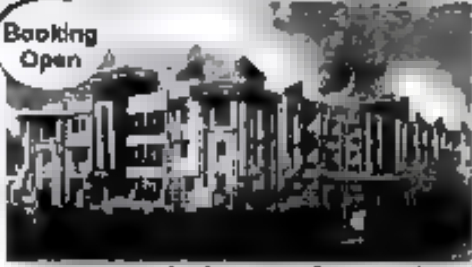
ஒக்க பண்ணுது. கடலே டிரைக்கல். கொஞ்சம் ஸ்டேசனரி. கேன்லா பினரஸ் வாட்டர் பிபிஎஸ், அப்பிடிவந்து நின்று, நிதானமா பொருளாதா மேம்பாடு அடைந்தகட்டு வர்டோன். கிராம விடியல் மைக்ரோ ஃபைபரான்ஸ்ல இதுவரைக்கும் ரெண்டு லட்ச ரூபாய்க்கும் மேல கடன் வாங்கி, அதுக் கட்டி முடிச்சுட்டேன். ஒரு தடவை ஐம்பதாயிரம் ரூபா கடன் பெற்று, ஆறு மாதத்துல அதைக் கட்டிட்டேன்னா பார்த்துக்கங்க!" எனக் கூறி ஆறா வைக்கிறார் அன்னபெட்குமி.

கட்டுரை, படங்கள் :

பூரீங்கம் திருநாவுக்கரசு

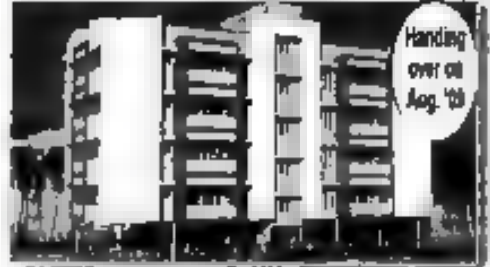
# DELUXE FLATS FOR SALE

Booking  
Open



## VIGNESH ARUNODHAYA (DELUXE RESIDENTIAL FLATS)

Double & Triple Bedroom Flats  
as per Vasthu  
at Melur Road, Srirangam



Handing  
over on  
Aug. '08

## VIGNESH MINI AYODHYA

Triple Bedroom Flats  
at Ramalinga Nagar  
1st Main Road, Woraiyur.

## VIGNESH FLATS HOUSING PROMOTERS



### VIGNESH PARADISE

Melur Road, Brirangam,  
Tiruchy - 620 006. Call: 94431-87077  
Ph: 0431-2433677, 6601351

Website: www.vigneshflats.com E-mail: vigneshflats77@yahoo.co.in

### VIGNESH EMPIRE

Salai Road, Woraiyur,  
Tiruchy - 3. Ph: 2760477  
Call: 94431-87077

**இல்லம் இனிதாகட்டும் ...**

# A.B.M. Health Planet

## Divine Herbal Panacea

- உடலில் உள்ள கொழுப்பு, கெட்ட நீர், கேஸ் வெளியேற, உடல் எடை குறைய, மூட்டுவலி நீங்க மூலிகை உணவு மருந்தாக அளிக்கப்படும்.
- சுப்பேர்ப்பட்ட மூட்டு வலி, பாத எரிச்சல், முதுகு, இடுப்பு வலிக்கு மூலிகை மருந்து அளிக்கப்படும்.
- சர்க்கரை நோயை கட்டுப்படுத்தி, அதன் பக்க விளைவுகளான பூரியா கிரியேட்டின் அதிக அளவை குறைத்து, இரத்த சோகையையும் சரி செய்து கிட்டி பிராப்சம், கொலஸ்டிரால், பாத எரிச்சல் அனைத்தும் சரி செய்யப்படும்.
- தாய்மார்கள் மனைவிமார்கள் வருத்தம் அடையச் செய்கிற குடி, போதை, புகை பழக்கத்தை மூலிகை மருந்து கொடுத்து 45 நாட்களில் சரி செய்யப்படும்.
- பெண்களின் மாதவிடாய் கோளாறுகள், கர்ப்பப்பை கட்டிகள், கிட்டி ஸ்டோன், குழந்தை இன்மை அனைத்திற்கும் மூலிகை மருந்து அளிக்கப்படும்.
- இயற்கை மூலிகை, உணவே மருந்து என்ற அடிப்படையில் அனைத்துவித வியாதி உருக்கும் அணுகுருக்கள்.

## A.B.M. Health Planet

17, Lakshmi Ammal Street, MMDA Colony, Aminjikarai, Chennai - 29

Cell: 99434 29579, 99405 00637

திருகரில்  
கிளை  
உண்டு



முன் குறிப்பு :

மூடிய கைக்குள் அழகான, மிருதுவான ஒரு பறவை. அதை அழுத்திப் பிடித்தால், உயிர் போகும். திறந்துவிட்டால் பறந்துவிடும். இரண்டும் கூடாது. என்ன செய்ய போகிறோம்? பறவைதான் இன்றைய இளைய சமுதாயம்!



**வீடே** அமளிதுமனி பட்டுக் கொண்டிருந்தது! இன்றைக்கு ப்ளஸ் டூ ரிசல்ட்! பிற்பகல் பன்னிரண்டு மணி முதல் மது, கம்ப்யூட்டர் முன்பு உட்கார்ந்து விட்டான். அம்மா ஐீவா, காலை ஏழு மணிக்கு புறப்பட்டு, இந்த நிமிடம் வரை ஒன்பது கோயில்களை சுற்றியாகிவிட்டது! அப்பாவும் செஞ்சிக் கூத்தாடி அறைதான் வீவு போட்டு விட்டு வீட்டுக்குவர, பரபரப்பு!

மதுவின் தங்கை பாணு, இன்டர்நெட்டில் புகுந்து, தேடுவதற்குள் மதுவுக்கு இருப்பு கொள்வனவிலை.

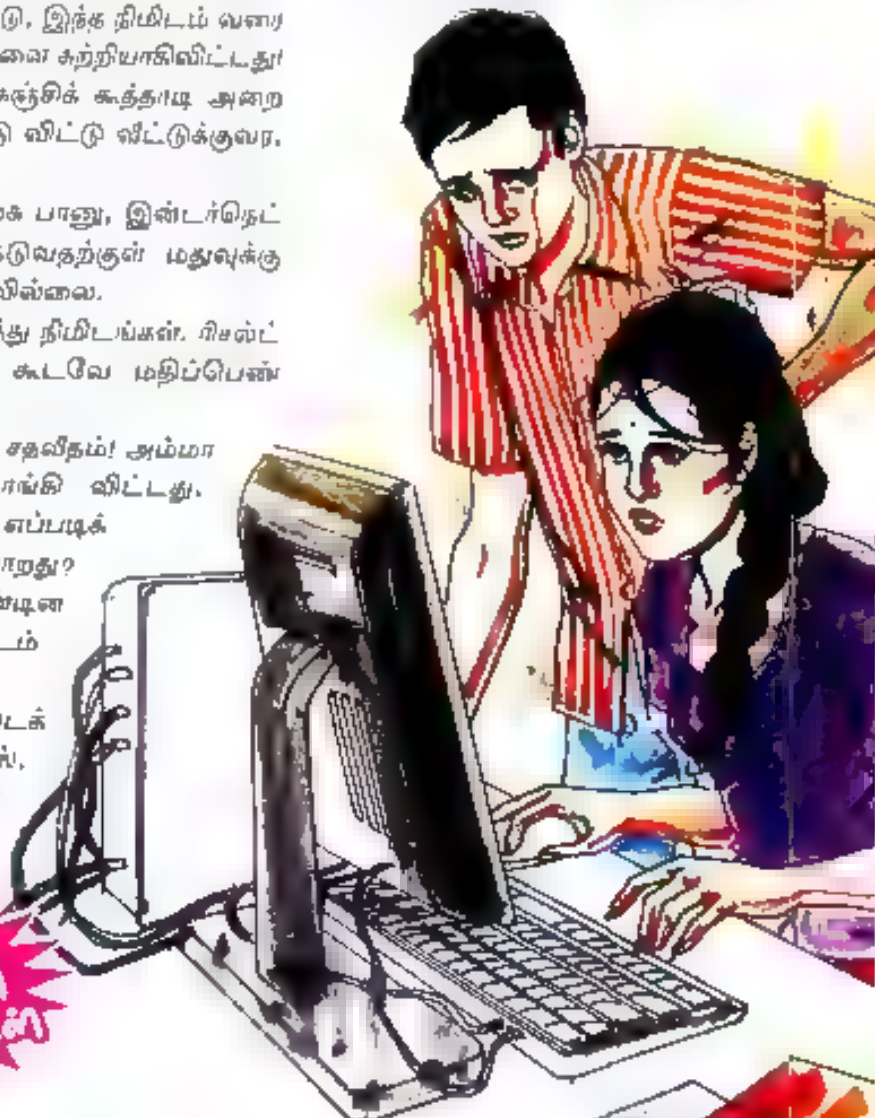
மூன்றடிக்க பத்து நிமிடங்கள். ரிசல்ட் தெரிந்துவிட்டது! கூடவே மதிப்பெண் களும்.

எழுபத்தி ஏழு சதவீதம்! அம்மாவின் முகம் தொங்கி விட்டது. இதை வெச்சிட்டு, எப்படிக்கவுன்சிலிங் போறது? தொண்ணூறு தாண்டின வனுக்கே இடம் இல்லையே?

அப்பா, படக்கெள, "தீ மேதஸ், கெமிஸ்டரி ரெண்டும் சரியா

செய்யவையா அப்பவே நான் சந்தேசப்பட்டேன்!"

"அந்த நேரத்துல ஆஸ்பத்திரி, அது



**யூத்  
சிறுகதை  
பக்கங்கள்**

இதுள்ளது உங்க அம்மா படுத்தின பாடு... குழந்தையை எங்கே படிக்க விட்டோம்? "எதுக்குடி எங்கம்மானை இழுக்கறே? உடம்புக்கு வந்தா, தூக்கி வெளில போட முடியுமா?"

"உங்க நங்கை பாத்துக்கக் கூடாதா?" சண்டை வலுத்து, வாக்கு தடித்து, அழுதையில் முடிய, பானு கம்ப்யூட்டரில்

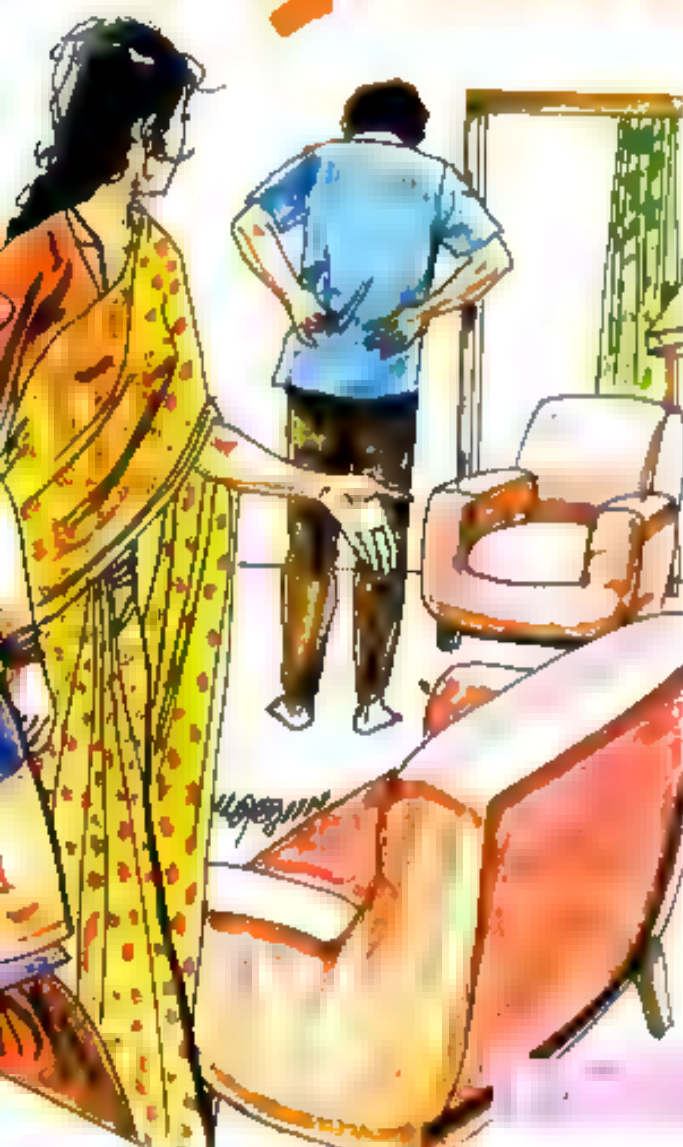
வேறு பகுதிக்குள் நுழைந்தான், மது சட்டையை மாட்டிச் கொண்டு, தெருக் கோடிக்கு வர, நண்பர் கூட்டம்!

இவனை விட அதிகம் பெற்றவர்கள் மூய்ரி, குறைந்தவன் ஒருவன்.

"காலேஜில் ஸ்டீ கிடைக்குமா மது?"

"வேண்டாம்! எனக்கு இவ்வினியரிங் போக விரும்பவில்லை. நான் சாதாரண

# அருவனைப்பு!



பி.டி., பி.எஸ்ஸி. சேர்ந்து, மியூஸிக், ரிஷுவல் கம்ப்யூனி கேஷன்னு ப்ளாஸ் பன்றேன். நான் நப்பிச்சேன்!"

"கமான்டா நமக்கு விரும்ப மாணதை வீட்ட விடமாட்டாங்க. அவங்க ஒரு கணக்கு போட்டுக் கிட்டு நம்மா மேல இனிச்சா என்ன அந்தம்!"

பிள்ளைகளின் ஆள்கள், ஏக் கங்கன் எதிர்கால நம்பிக்கைகள் காரணமாகப் போக்குவரத்து டீசு வேர்டு கலந்தன.

அடுத்து வந்த நான்கு நாட்களும் காலை ஆறு மணிக்கு அப்பா, அம்மா இருவரும் வெளியே போனால், இரவுதான் வீடு நிரம்புவார்கள். கூலூரியில் இடம் தேடும் பரபரப்பு.

அந்த வெள்ளிகிழமை காலை ஏழு மணிக்கு, இருவரும் வந்தார்கள்.

"உனக்கு பயோடெக் - ஜெனீடிக் இன்ஜினீயரிங் கோர்ஸுக்கு ஒரு சீட் புடிச்சாச்சு. இந்தா, அப்ளிகேஷன் கையெழுத்து போடு! மற்றதை நாங்க பாத்துக் கறோம்!"

"அப்பா! அது என்ன கோர்ஸ்?"

"என்னடா கேள்வி இது? ப்ளஸ் டூவ் பயாலஜி எடுத்தவன் இந்தக் கேள்வியைக் கேக்கலாமா?"

"வேண்டாம்மா! அதுவ எனக்கு நாட்டமில்லை."

அம்மா சீரிக் கொண்டு வத்தாள்.

"என்னது? நாட்டமில்லையா? வினையாடறியா? ரெண்டு பேரும் நாலு நாளை அலைஞ்சு திரிஞ்சு பணம் புரட்டி விரூக்கோம்! கேபிடேஷன் முணு வட்சம். தலிர் ஃபீஸ், புக்ஸ் எல்லாம் ஒவ்வோ கால் வரும். நாலே கால் வட்சத்துக்கு வட்டி என்ன தெரியுமாடா ஒள்கு?"

"அவனுக்கு என்னடி தெரியும்? விதம் விதமா உடுத்தவும், தின்னவும் தெரியும்! இன்னும் கொஞ்சம் உழைச்சிருந்தா, மெரிட்ஸ் வீட் வாங்கிவிருக்கலாம்!"

"அம்மா! பணம் கட்டியாச்சா?"

"நானைக்கு? ஏன்?"

"வேண்டாம்மா! எனக்கு நாட்டமில்லாத ஒரு படிப்புக்கு. நீங்க கடன் வாங்கி கஷ்டப்படனுமா? இதுவ நானைக்கு என்னாவ தேற முடியலையனா, அதுக்கும் திட்டு வீங்க. என் விரும்பம் கேக்க மாட்டீங்கனா?"

"நம்ம விரும்பம் கேக்கற பழக்கமே அவங்களுக்கு இல்லையேடா மது?"

"நிறுத்துடி! என்ன வாய் நீளுது?"

"அம்மா! நான் விஷுவல் கம்யூனி கேஷன் படிக்கறேன்!"

"படிச்சிட்டு, டி.வி., சினிமாஹு சான்ஸ் தேடி அவையப் போறியா?"

"தப்பில்லை. செய்யற தொழிலை, விரும்பி செஞ்சா, அதுவ பெரிய ஆளாக முடியாதா?"

"இதப்பாரு மது! உன் எதிர்காலம் பரிச்சாறு இருக்கணும். உங்க ரெண்டு பேரையும் சமூகத்துவ, ஒரு நம்ம இடத்துக்குக் கொண்டு வரணும். அதுக்காகத்தான் நாங்க கஷ்டப்படறோம்!"

"அவன்லிட்ட என்னடி பேச்சு? நானைக்குப் பணத்தைக் கட்டறோம்! சம்பந்தப்பட்ட புஸ்தகங்களை வாங்கிக்குடு காவேஜ் திறக்கறவரைக்கும் சுத்தாம, ஒக்காந்து படி!"

"உருப்படாத கூட்டத்தை இனி உன்னே சேர்க்காதே! உன்னை உயர்த்திக்கப் பாரு!"

**மீயர் காவேஜ் ஸ்டூடென்ட் ஒக்ஸி... இந்தக் கதையைப் படியுங்க... கதையின் முடிவு என்ன? மது என்ன சொன்னா? யோசிக்க சமுதாயம் சூப்பர் கற்பனைக்கு ரூ.500/-பரிசு! கல்லூரிய் படிப்பிக்கான சத்தாட்சி... கிணக்கம் கடைசித் தேதி 15.7.09**

இருவரும் சமயரியாக அவளது பல தப்புக்களை மட்டுமே கட்டிக்காட்ட, அதனால் கருத்து வேறுபாடு உண்டாகி, திரும்பவும் சண்டை!

காவேஜ் பெஸ் அடித்தது. மது கதையைத் திறந்தாள். பெட்டியுடன் மதுவின் பாட்டி அப்பாவின் அம்மா சாவித்ரி, உள்ளே நுழைந்தாள்.

"பாட்டி, வா! வா!" இரண்டு குழந்தைகளும் ஒடி வந்து பாட்டியைக் கூட்டிக் கொண்டன.

"வாய்மா!" என அப்பா அழைக்க, அம்மாவின் முகத்து நிரிப்பு உடனே மறைந்தது!

"எனக்கு வெளில வேலை இருக்கு" என அம்மா புறப்பட,



"அம்மாவுக்கு சாப்பாடு போட்டு, உட்கார வெச்சப் பேசேன்"

"உங்கம்மாவை நீங்களே கவனிங்க! எனக்குப் பொறுமை இல்லை!"

போய் விட்டாள்!

பாட்டி, தான் வாங்கி வந்த பொருட்களை பேரப்பிள்ளைகளுக்குத் தந்து விட்டு கொஞ்சினாள்.

சென்ற வருடம் வரை பாட்டி இங்கே தான் இருந்தாள். பாட்டி இருந்தவரை குழந்தைகளுக்கு ஆதரவாக இருந்தது.

மனக் கசப்புகள் அதிகமாகி, விவாதம் வலுத்து, ஒரு சுட்டத்தில் பாட்டி ஓர் ஆன்மிக இயக்கத்தில் தன்னை இணைத்துக் கொண்டு தியானம், யோகா,

தெய்வசிந்தனை, சேவை

என முழுமையாக திசைமாறி வெளியேறிவிட்டாள்.

ஆனால் குடும்பப் பாசம் போகவில்லை.

வருடத்துக்கு

ஒரு முறை வந்து நாளை நாட்கள் பேரப்பிள்ளை

களுடன் இருந்துவிட்டுப் போவாள்.

தனியாக மதுவை அழைத்தாள்.

"ரிசல்ட் வந்துதா ராஜா?"

மது, சுகலமும் சொல்லி அழுதுவிட்டாள். பாணுவும் அவள் பங்குக்கு விடவில்லை.

"காவலை போனா, ரெண்டு பேரும் ராத்திரி வர்றாங்க பாட்டி! வீட்டுக்கு வர்ற நேரத்துல சண்டை, பிரச்சனை. சரியா சமைக்கறதுகூட இல்லை. சனி, ஞாயிறு ரெண்டு பேருக்குமே ஸீவு. வீட்ல இருக்கக் கூடாதா பாட்டி? ஏதாவதொரு வேலை. வெளில போயிடறாங்க."

"நீ இருந்தப்ப நாங்க சந்தோஷமா இருந்தோம். இப்ப அனாதைகள் மாதிரி ஃபீப் பண்ணோம். கேட்டா, உங்களை

வசதியா வாழ வைக்கத்தானே நாங்க இந்த ஒட்டம் ஓடறோம்னு சொல்றாங்க!"

பாணு புலம்பித் தள்ளிவிட்டான்.

"எங்க விரும்பத்துக்கு படிக்க முடியலை; ஃபோன்ல பேச விடறதில்லை. நண்பர்கள் வந்தா, நீக்க வெச்ச விசாரணை நடத்தறாங்க. எல்லாத்தையும் சந்தேகக் கண்களோட, குற்றப் பார்வைலா பாக்கறாங்க."

"கேட்டா ரெண்டு பேரும் வாலிப வயசுக்கு வந்தாச்சு. உங்களைக் கண்காணிக் கிறது எங்கக் கடமைனு சொல்றாங்க. எப்பப் பார்த்தாலும் உபதேசம் கேட்டு, காது கட்டையா ஆயாச்சு பாட்டி. நீ ஏன் இங்கிருந்து போனேனு இப்பத்தான் புரியுது. உனக்கே முடியலைனா, நாங்க எப்படி பாட்டி சமாளிப்போம்?"

பாட்டி அதிர்ந்து போனாள்.

"இந்தக் கால பிள்ளைகளுக்குக் குடும்பப் பாசமே இல்லைனு வாய்க்கு வாய் பேசறாங்க பாட்டி! ஒரு நாளாவது எங்க தேவைகளைக் கேட்டு, எங்களைப் புரிஞ்சு கிட்டு, எங்களுக்காக இவங்க வாழ்ந்திருக்காங்களா? எல்லா அப்பா அம்மாக்களுமே இப்படித்தானா? வீட்டுக்கு வரவே பிடிக்கலை பாட்டி!"

பாட்டியால் பேச முடியவில்லை.

"சரி, ராத்திரி ரெண்டு பேரையும் உட்கார வெச்ச நாள் பேசறேன்."

"வேண்டாம் பாட்டி. நீ பேசினா, அம்மாவுக்குப் பிடிக்காது."

"வேற எப்படி நான் உங்களுக்கு உதவ முடியும் மது?"

"அவங்க சொல்ற படிப்பை என்னால படிக்க முடியாது. ஆனா, படிக்காம அவங்கவிட மாட்டாங்க"

"அதனால?"

"அவங்க வரட்டும் சொல்றேன்!"

(கதாசிரியர் தேவிபாலா எழுதிய கதை முடிவும், பரிக் பெறும் உங்கள் முடிவும் அடுத்த இதழில் வெளியாகும்)

# மோட்டிக்குத் தயாரா? (முடிவுகள்)



விடைகள் :

1. சூர்யா, 2.மதிவதனி, 3.அமேதி, 4.இந்தியா  
சிமெண்ட்ஸ், 5.உஷாராணி

ரூ.100 பரிசு பெறும்  
அதிரஷ்டசாலி மாணாக்கர்கள்

1. ஆர்.பாரதி, வள்ளியம்மாள் மகளிர் கல்லூரி,  
சென்னை - 80
2. எஸ்.கதர்ஷினி, அண்ணா ஆதர்ஷ மகளிர்  
கல்லூரி, சென்னை - 106
3. கே.தீபக் விஜயலு, மூகாம்பிகை பொறியியல்  
கல்லூரி, திருச்சி - 26
4. கா.கபலேகா, தியாகராசர் பொறியியல்  
கல்லூரி, மதுரை - 11
5. ஆர்.பிரதீபன், சோணா கல்லூரி,  
சேலம் - 11



## ஹாய் காலேஜ் பாய்ஸ் செண்ட் ரீசர்ன்ஸ்!

சூட்டிய பையன் ரொம்ப சிஸியா  
பேப்பர் படிக்கிறானே! இதைப் பார்த்ததும்  
உங்க மனசை தோனும் ஒரு வரி  
காமெண்ட் என்ன? அதை கல்லூரி  
அத்தாட்சியுடன் எழுதி அனுப்புங்க.  
ஜாலியான 5 காமெண்ட்களுக்கு தலா  
ரூ.100/- பரிசு என்றிதழும் உண்டு.

கால்குட் ரீசர்ன்ஸ்  
30.7.2009



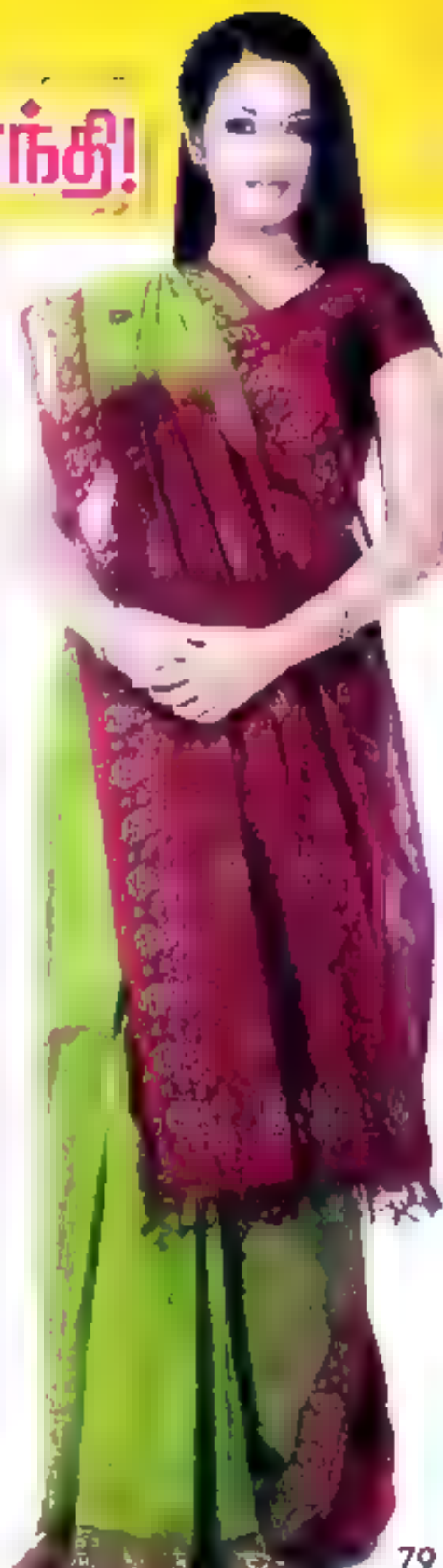
# கலக்குமேத பிரசாந்தி!

ஒரு பட்டுப் புடைவைக்குரிய பொலிவும், அழகும் வேண்டும், அதே சமயம் விலையும் அதிகமில்லாமல் இருக்க வேண்டும். தண்ணீரில் நனைத்த பிறகும் இளிக்காமல் பட்டின் பளபளப்போடு இருக்க வேண்டும்.

இத்தனை 'வேண்டும்'களுக்கும் ஏற்ற தாய் இருப்பவை சில்க் காட்டன் ரகங்கள். சில்க் காட்டன் என்றாலே 'பிரசாந்தி'தான்.

சென்னை சி.ஐ.டி. காலனியில் இருக்கும் 'பிரசாந்தி'யை நிறுவியவர் மாலதி முரளிதரன். சுமார் பதினைந்து வருடங்களாக சில்க் காட்டன் ரகங்களில் வெற்றிக் கெடி நாட்டியவர். உலகம் முழுவதும் இவருக்கு வாடிக்கையாளர்கள், பெங்களூருவில் இருக்கிறார்கள்! தொலைக்காட்சி சீரியல்களில் அநேகம் கட்டுவது பிரசாந்தி புடைவைகள் தான். (குறிப்பாக 'திருப்பாவை' தொடரில் பாடகி அனுராதா அணியும் புடைவைகள்) "புடைவைகளை உயர்தரத்தில் தரவேண்டும் என்பதில் உறுதியாக இருக்கிறோம். எங்களுக்கென்று சொந்தத் தறி உண்டு. மாஸ்டர் வீவர்ஸ் எனப்படும் நெசவாளர்கள் இருக்கிறார்கள். பட்டு, பருத்தி இழைகளில் சின்ன குறை இருந்தாலும் அவற்றை நிராகரித்து விடுவோம்" என்று வெற்றிக்கான குட்கமத்தைக் கூறுகிறார்.

இந்தப் புடைவைகளோடு அணிய ஏற்ற ஃபான்சி ஜுவல்லரியும் பிரசாந்தியில் உண்டு என்பது கூடுதல் தகவல்!





சிவப்பில் பச்சை  
பாட்டரிட்டு,  
ஜரினையில் கிருஷ்ணர்,  
தேர், ராமாயணக்  
காட்சிகள் என்று தீம்  
புடைவைகள் சில்க்  
காட்டனில்  
அழகாயிருக்கு,  
அம்சமாவுமிருக்கு!



ஹாஃப் அண்ட் ஹாஃப் என்பது  
இந்த வருட புதிய டிசைன்! மேல் பாதியில்  
மயில் அழகுத்து நிறம், அடர்நீல ஜரினை  
பாட்டுடன் மின்னுக்கிறது. கீழ் பாதியில்  
ராயல் ப்ளூ எனப்படும் ஆழ்ந்த நீலம்,  
ஜரினை புடா மின்னுமினுக்க  
பட்டாட்டம் இருக்குல்ல.



நீங்க மன்னா? புரோக்கேட்  
வேலைப்பாடு புடைவை இது.  
ஃபாண்டா ஆரஞ்சு வண்ணத்தில்  
டீடல், லாவெண்டரும்,  
ஆரஞ்சும் கூலந்த தலைப்பு...  
பாட்டிகளில்  
அணிந்தால்  
ஜொலிப்பு!





எம்பிராய்டரி இல்லாத சில்க்  
காட்டன்? நீல நிற எம்பிராய்டரி  
புடைவையில், பாலஞ்சி பாட்டர்  
அழகு தர. அதை மேலும்  
கவர்ச்சியாக்க சூத்தன் கற்கள்  
மற்றும் ஜுத்தோசி வேலைப்பாடுகள்  
செய்யப்பட்ட பிரசாந்தியின்  
கைவண்ணத்தில் உள்ளம்  
கொள்ளை போகுமே!



கறுப்பு உடலில் மெருன்  
பாட்டர், காண்டராஸ்ட். பச்சை,  
சிவப்பு வண்ணங்களில்  
கவர்ச்சியான புட்டாக்கள்  
நெய்யப்பட்டு. உங்கள்  
அழகை பல மடங்கு  
எடுத்துக்காட்டும் மிக  
அழகான புடைவை இது!



புடைவை மாட்டுமளனு  
முணுமுணுக்காதீங்க. மாடர்ன்  
உடையும் இருக்கு! தங்க நிற பிளாக் பிரிண்ட்  
செய்யப்பட்ட அழகான சூத்தி இதோ! பிரசாந்தியில்  
சில்க் காட்டன் சூத்தீஸ்கூட பிரசித்தி!

இந்த அழகான  
பிங்க் « பச்சை  
புடைவை 'பிக்மெண்ட்  
பிரிண்ட்' எனப்படும்  
தங்க நிற பிரிண்ட்  
உடலில் பொருத்தமான  
ஜுரிகையோடு  
செய்யப்பட்டுள்ளது.  
வாவ்.. சூப்பர்!

பிரசாந்தியில் ஆடித் தள்ளுபடி உண்டு!  
ஐயோலை! முதல் ஆகஸ்ட் 31 வரை கம்மச்  
சூத்து விளையாடுங்க பூத் கேள்ள்!  
சென்னை : போன் : 2439 1850, 2439 7636  
பெங்களூரு : மல்லைஸ்வரம் : 080-23341632,  
ஜெயநகர் : 080-22449595

மாடல் : அலத்திசா, பூஜா  
தொகுப்பு : பத்மினி பட்டாபிரமன்  
படங்கள் : சூதாணி

**ரூ.500/- பரிசு பெறும்  
பூத் சிறுகதை முடிவு!**

**நெகிசு நேரமில்லை  
பூத் சிறுகதையில் ராஜேஷ் குமார்  
எழுதிய ஓரினினம் முடிவு!**

## சாருமதி தந்த அதிர்ச்சி வைத்தியம் என்ன?

சாருமதி, பக்கத்து அறைக்குள் சட்  
டென புகுந்து, ஓர் ஆணுடன் திரும்ப  
வந்தாள். முகம், கை கால் எல்லாம்  
நீக்காயத் தழும்பு போல திட்டுத்திட்டாய்க்,  
கறுத்திருக்க, பருத்த உடலும், கொக்கு  
மூக்குமாகக் கரட்பியனித்த அந்த ஆணை  
பார்க்கவோ சிக்கலில்லை சியாமளாவுக்கு.

"ஐய் மிஸ் சியாமளா, இவர் மிஸ்டர்  
சரவணன், என் கணவர். பிறர் அன்புக்காக  
வும், அனுசரணைக்காகவும் காத்துக் கிடக்  
காமல், எல்லோரையும் தேடித் தேடி நேச  
மழை பொழிபவர். இந்த சென்டர் கூட  
இவரது ஸ்தலமாகாள். உல்லோட குறை  
பற்றிய சிந்தனையும் ஆதங்கமும் உன்னை  
ஆக்கிரமிக்க அறுமதித்தகால் வந்த விளைவு  
தான் உன்னோட தற்கொலை என்னும்.

"என் கணவர் மாதிரி தேர்ந்தும் குறித்து  
விசனப்படாமல், நல்ல விஷயங்களில்  
முழு மூச்சோடு இறங்கி செயல்பட்டால்  
உன்னை நேசிப்பவர்கள் தேடி வருவார்கள்,  
என்னை மாதிரி" என்று கண்ணைச்  
சிமிட்டினாள் சாருமதி.

சியாமளாவுக்குள் ஒரு தன்மைப்பிக்கைப்  
பொறி... அவள் சரவணனைப்  
பார்த்து சிநேகத்தோடு சிரித்தாள்.

- ப.நல்லசிவன்,

பி.எஸ்.ஸி. இரண்டாமாண்டு,  
தூய சுவேரியர் கல்லூரி,  
பாளையங்கேட்டை



சாருமதி தமயந்தியைப் பார்க்க, அவள்  
மேஷையை மெல்லத் தள்ளினாள். இப்  
பேறு சாருமதி முழுமையாய் தெரிந்தாள்.

இடுப்புக்குக் கீழே இடதுகால் நன்றாக  
இருக்க, வலதுகால் சும்பிப்போய் இருத்  
தது. சாருமதி ஒரு சக்கர நாற்காலியில் உட்  
கார்ந்து இருந்தாள்.

சியாமளா அதிர்ந்துபோனவளாய்  
எழுந்து, "மேடம்!" என்று பேச வாய்  
வடிமயம் நினைவினாள்.

"என்ன சியாமளா... நான் அழகாய்  
இருக்கேனோ கால் மட்டுந்தான் இப்  
படி என்று நினைக்காதே...! என்னோட  
வலது கையைப் பார்த்தியா? மெலமல்டிக்  
ஜெய்வினாள் தயாரிக்கப்பட்ட ஜெய்ப்பூ  
கை. நெயில் பாலிஷ் பூச்சோடு இருக்கும்  
இந்தக் கையைப் பார்த்து நிறைய பேர்  
யமாந்து போயிருக்காம்க.

"நயூனம் உன்னை மாதிரி அழகைப்  
பெரிசா நினைச்சிருந்தா எப்பவோ நற்  
கொலை பண்ணிக் கிட்டு செத்துப்  
போயிருக்கணும்... ஆனா நான்  
மத்தவங்களுக்கு கவுன்சிலிங் பண்ணிட்  
டிருக்கேன்!"

சியாமளா கண்களில்  
தீரோடு கைகப்பினாள்.  
"ஸார் மேடம்...!  
இனிமே என்னோட  
வாழ்க்கையில் தற்  
கொலையைப் பத்தி  
நினைக்கூட பார்க்க  
மாட்டேன்!"

- தட்ஸ் குட்!"  
என்றாள் சாருமதி.





திரைப்படக் க...

வகுப்புகள்

உணர்ச்சிகரமான

காட்சியில்

நடித்திருக்கிறார்

பாண்டிச்சேரி

இருவருமே

மேலத்தந்தை...

நீ இல்லையென்றால்...

என்றிருக்கிறார்கள்...

அதுமட்டுமல்ல...

மேலத்தந்தை...

நாடகம்...

மேலத்தந்தை...

கொட...

முன்பு...

மேலத்தந்தை...

கருத்து...

கொண்டிருக்கிறீர்கள்...

இப்போது...

கா...

மேலத்தந்தை...

மேலத்தந்தை...

கருத்து...

அவர்கள்...

மேலத்தந்தை...

ஆகவே...

இருக்கிறதா?

அதாவது...

சினிமாவில்...

கே...

அப்படியானால்...

இந்தக்...

மேலத்தந்தை...

தான்...

இந்தியாவில் திரைப் பட தொழில்நுட்ப கல் லுரிகள் செவ்வளை, கொல்கத்தா, பூனே ஆகிய மூன்று இடங்களில் தான் நடத்தப் படுகின்றன.

'நடிகர் தில கமோ நடினாக யர் திலகமோ கல்லியில் களர கண்டவர்களா என்ன படிப்புக் கும் நடிப்புக்கும் சம்பந்தமில்லை' என்றெல்லாம் விவா திப்பவர்கள் விலகிக் கொள்ளலாம். திரைப் படக் கல்லூரி எல்லாம்



சினிமாவில்  
சேரலாமா?

சினிமாவில்

ஐந்து பட்டப் படிப்புகளுக்கும்ே நேர்முகத் தேர்வு உண்டு. வழத்தந்தேர்வு கிளையாது. குறிப்பிட்ட துறையைச் சேர்ந்த நிபுணர் குழு. இந்த நேர்முகத் தேர்வை நடத்தும். வகுப்புகள் எடுப்பது. மதிப்பீடுவது போன்றவற்றில் கூடப் பிரபல திரைப்படக் கலைஞர்கள் பங்

கேற்பது சிறப்பு.

பிரபல ஒளிப்பதிவாளர்-இயக்குனர் ராஜீவ் மேனன் துவக்கிய 'மைன்டட்ஸ் க்ரீன்' திரைப்படக் கழகமும் மென்னை மில் உள்ளது. திரைப்படத் தொழில்நுட்பக் கலைஞர்கள் மற்றும் நடிகர்களுக்கான பயிற்சிகளை அளிக்கிறது.

போதே, கல்வித் தகுதிகளும் கட்டாயமாகிவிடுகின்றன.

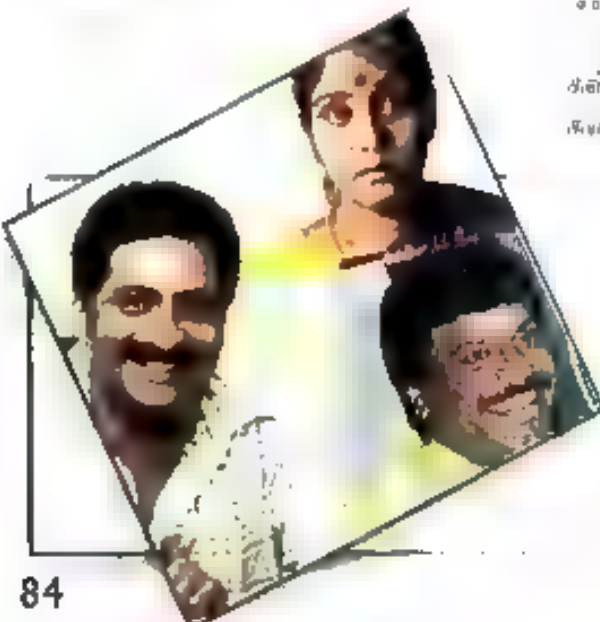
பூனேவில் இயங்கும் 'ஃபிலிம் அண்ட் டெலிவிஷன் இன்ஸ்டிடியூட் ஆஃப் இந்தியா' 1900ல் தொடங்கப்பட்டது. மிகவும் புகழ் பெற்ற இந்த மையம், முன்பு பிரபல பிரபாக் வ்டுடியேய் இயங்கிய இடத்தில்தான் இயங்குகிறது. சென்னையில் இந்திறுவனம் தரமணி பகுதியில் உள்ளது.

சென்னையில் உள்ள கல்லூரியில் மட்டுமே ப்ளஸ்டு படித்தவர்களுக்கும் ஃபிலிம் டெக்னாலஜி படிப்பு சுற்றுத் தரப்படுகிறது. (பூனேவிலும் கொல்கத்தாவிலும் பாட்டப்படிப்பு படித்தவர்கள் மட்டுமே சேர முடியும்).

முதலில் ஒளிப்பதிவு தொடர்பான கல்வியைப் பார்ப்போம். 'டிப்ளோமாய் இன் சினிமாடோக்ராஃபி அண்ட் ஃபிலிம் பிராஸஸிங்' என்ற படிப்புக்கு மூன்று ஆண்டுகள் தேவைப்படும். ப்ளஸ்டு-வில் இயற்பியல், வேதியல் போன்ற பாடங்களில் அறுபது சதவீதம் மதிப் பெண் பெற்றவர்கள்தான் இதுவ் சேர முடியும். அதிகபட்ச வயது இருபத்து ஒன்று. தாழ்த்தப்பட்ட மற்றும் பழங்குடியினருக்கு மூன்று ஆண்டுகள் சலுகை உண்டு.

ஒளிப்பதிவை 'சினிமாடோக்ராஃப்' என்பார்கள். பாடப்பிடிப்பு முடிந்தபிறகு ஃபிலிம் றோலை, விஞ்ஞான முறைப்படி ப்ராஸஸ் செய்யும் நுட்பங்களை அறிவது 'ஃபிலிம் பிராஸஸிங்'.

இந்தப் பட்டப் படிப்பை முடித்தவர்கள் சினிமா மட்டுமின்றி தொலைக்காட்சி கூறிலும் விளம்பர நிறுவனங்களிலும்



ஆபாவாணன், அருண் பரணியன், நாசர், சுஜாதாசிவி, அர்ச்சுனா, சாங்கி, ஆர்.வி.உ.தயா குமார், ஆர்.கே.செல்வமணி, அரவிந்தராஜ், பிரகாஷ்ராஜ், திரு முருகன், திருச்செல்வம், எடிட் டா ஜெயசுபிரகாஷ், தங்கப்பச்சான்,



ஒளிப்பதிவாளராகப் பணிபுரியலாம். புகைப்பட நிறுவனங்கள், திரைப்பட ஃபிலிம் சோதனைச்சாலை ஆகியவற்றிலும் வேலைவாய்ப்பு உண்டு.

**அடுத்து ஒளிப்பதிவுப் பிரிவுக்கு வருவோமா?**

'டிப்ளோமா இன் சவுண்ட் ரெகார்டிங் அண்ட் சவுண்ட் இன்ஜினியரிங்' என்ற படிப்பு மூன்று ஆண்டு காலத்துக்காவது, ப்ளஸ்-டூவில் இயற்பியல், வேதியல் போன்ற பாடல்களில் தேர்ச்சிபெற்றிருக்க வேண்டும்.

இந்தப் படிப்பை முடித்தவர்களுக்கு சினிமா, தொலைக்காட்சி, வானொலி நிறுவனங்களில் வேலைவாய்ப்பு கிடைக்க அதிக வாய்ப்புள்ளது. அவ்வது சொந்தமாக ஒளிப்பதிவு நிலையங்களும்

நடத்தலாம்.

திரைப்படத் துறை தொடர்பாக மட்டும்தான் இந்த நிறுவனங்கள் செயல்பட்டன என்றாலும் சமீபகாலமாக தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளுக்கான பயிற்சிகளையும் அளிக்கத் தொடங்கி உள்ளன.

**அடுத்ததாக நடிப்புக்கு வருவோம்.** பதினெட்டிலிருந்து இருபத்து ஐந்து வயதுக்குட்பட்ட ஆண்களும், பதினைந்திலிருந்து இருபத்து ரெண்டு வயதுள்ள பெண்களும் 'சர்டிபிகேட் இன் ஃபிலிம் ஆக்டிங்' என்ற படிப்பில் சேரலாம்.

இவர்கள் குறைந்தது பத்தாவது வரை படித்திருக்க வேண்டும். தோற்றம், ஆர்வம் இவற்றோடு சில நிமிடங்கள் நடிக்கச் சொல்லியும் கவனித்துத் தேர்வு செய்வார்கள்.

'எடிட்டிங்' எனப்படும் படத்தொகுப்புப் பிரிவை அறிந்து கொள்வோம். படத் தொகுப்பிற்கான தொழில்நுட்பங்களை அறிய மூன்று ஆண்டுகால படிப்பான 'டிப்ளோமா இன் ஃபிலிம் எடிட்டிங்' படிப்பில் சேரலாம்.

இதில் சேர ப்ளஸ் டூ தேர்ச்சிபெற்றிருக்க வேண்டும். அதிகபட்ச வயது இருபத்து ஒன்று, தாழ்த்தப்பட்ட மற்றும் பழங்குடியினர் பிறிவினர் இருபத்து நான்கு வயதுவரை சேரலாம்.

ரஜினிகாந்த், நவலகாசல் விஜய், அபஸ்வரம் ராமஜி, ராபர்ட் ராஜ் சேகர், ரகுராஜ், நிழல்கள் ரவி, ஒளிப்பதிவாளர் செந்தில்குமார். இவர்கள் அவைவரும் சென்னை தர்மனியில் உள்ள ஃபிலிம் இன்ஸ்டிடியூட் மாணவர்களே.





எய்ட்ஸ்!

இது ஒரு விசித்திர வியாபாரம்

இங்கு

வாங்குபவர்களும் விற்பவர்களும்

தஷ்டப்படுகிறார்கள்!

இளைஞனே நீ

இராமனாயிருந்தால் காத்திருப்பது சீதை

காமனாயிருந்தால் காத்திருப்பது சிதை.

ஆகை என்னும் காமனால்

எய்ட்ஸ் எனும் எமன் வருகிறான்

அழுது புலம்பினாலும் வந்த

யின் போகாது!

பத்தினி வரும்வரை பட்டினி கிடக்க

குணமா எடு!

அடவகா ஆனையா?

ஆணையையினும் இடு!

பல பேரைத் தழுவின வேசி;

கொதி தீமாத தழுவாத ஊசி!

கொதிக்கப்பாது கொடுக்கும் இரத்தம்

புண உள்ள இதழ் கொடுக்கும் முத்தம்!

இனவயே எய்ட்ஸின் உலகு;

இனவ எதற்கு நம்மக்கு விலகு!

மனைவியை மட்டும் நேசி;

எய்ட்ஸ் வருமா யோசி?

- எஸ்.இராஜசித்திரமன்,

இரண்டாம் ஆண்டு, கீலா

ஆசிரியர் பயிற்சி நிறுவனம்,

வீரசோழபுரம், உள்ளக்குறிச்சி

நோய் : யோசி!

பூஞ்சாறல்  
பக்காங்கள்



"டீரெயிலை சுண்டுபிடிச்சது நல்லது  
போச்சு!"

"ஏன்?"

"இன்னவள்ளா தண்டலாளம் வீணா  
போயுடுமில்ல."

★ ★ ★

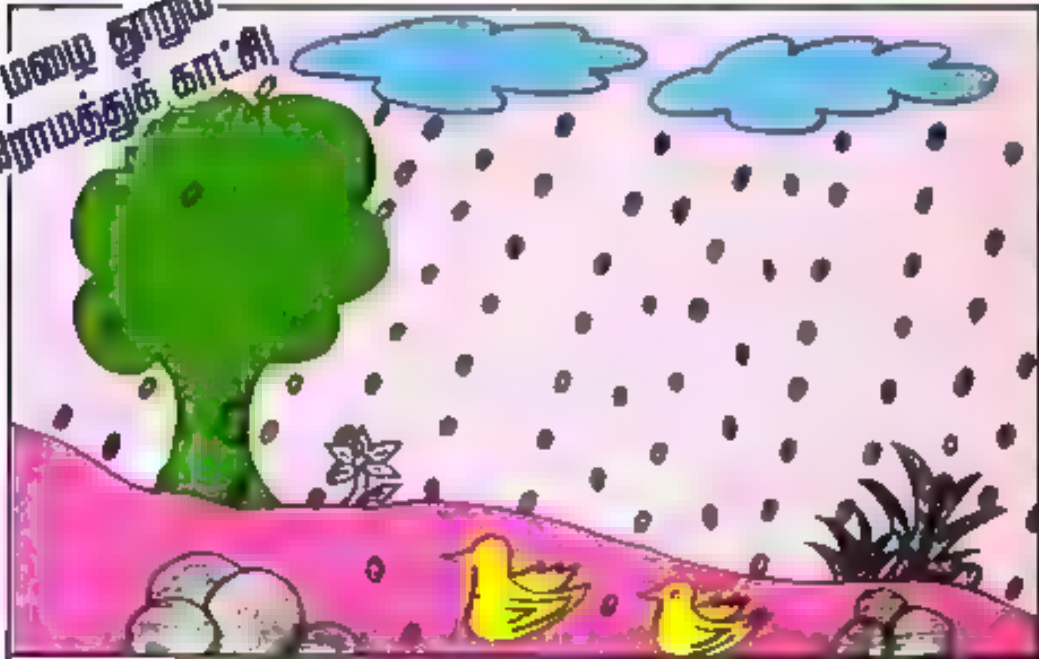
"வாழ்த்துகள்! நீங்க செலங்  
ஆகிட்டிங்க. மாசம் பத்தாயிரம் ரூபா  
சம்பளம். அடுத்த வருஷத்திலிருந்து  
இருபதாயிரம் கொடுப்பேன்!"

"ஒகே! நான் அடுத்த வருஷம் வந்து  
ஜாயின் பன்னிக்கிறேன்!"

- வி.சௌம்யா, முதலாமகண்டு  
பி.பி.எம். பூமிதி இத்திரா காத்தி  
கல்லூரி, திருச்சி



மழை தூறும்  
கிராமத்துக் காட்சி!



தமிழ் இலக்கியம். (முழு முகவரி தேவை)



விடுதலைப் புலகம் நகரில் 15.7.1908 அன்று, குமாரசாமிக்கும் சிவசாமி அம்மாளுக்கும் அருந்தலப் புதல்வராய்ப் பிறந்தவர் காமராசர். இவரது இயற்பெயர் காமாட்சி. இவர் தம் ஆறாம் வயதில், தந்தையை இழந்தார். தாய்மாமன் ஆதரவில் குடும்பம் இயங்கியது.

குடும்பச் சூழ்நிலை காரணமாக ஆறாம் வகுப்புக்கு மேல் கல்வியைத் தொடர முடியவில்லை. தாய்மாமன் கடை யில் விற்பனையாளராகப் பணி தொடங்கினார். அப்

## தொடர்

போது விடுதலைப் போராட்டம் கொழுந்து விட்டு எரிந்து கொண்டிருந்தது. கார்த்தியடிகளின் கொள்கையால் ஈர்க்கப்பட்ட காமராசர், நாட்டு விடுதலைக் காகப் போராட்டத்தில் ஈடுபட லானார்.

**பதவி ஆணை இல்லாதவர் :**

1940ஆம் ஆண்டு தமிழ்நாடு காங்கிரஸ் பின் தலைவரானார் காமராசர். 1941ஆம் ஆண்டு விடுதலை நகர்மன்றத் தலைவராகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட போது நாட்டு விடுதலை சூறித்த வேலைகள் இருப்பதால்



அப்பதவி வேண்டாமென்று கூறிப் பதவி விலகினார்.

**கல்விப் பணியும் உணவுத் திட்டமும் :**

சமுதாயத்தின் பெரும்பகுதி மக்கள் ஏழ்மையிலும் அறியாமையிலும் சூழ்நிலைத் தற்குறிகளாகத் தாழ்ந்து கிடந்ததைச் சமூக அவமானமாகவே கருதினார்.

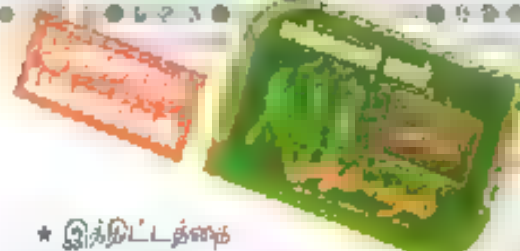
★ காமராசர், காலங்காலமாகப் பிற்படுத்தப்பட்டுக் கிடக்கும் மக்களைச் சமுதாயத்தின் பொறுப்புள்ளவர்களாக மாற்ற அவர்களுக்குக் கல்வி அளிப்பதே நிறந்த வழியென்று கருதினார்.

★ காமராசர் ஆட்சியில் இரண்டு வெளிச்சங்கள் கிராமப் புறங்களில் பாய்ந்தன. ஒன்று மின்சாரம், இன்னொன்று, ஊர்தோறும் பள்ளிகள்.



★ ஏழை வீட்டுக் குழந்தைகள், கல்விச் சின்ன பெற வேண்டும் என்பது காமராசரின் தனிப்பட்ட விருப்பம். அந்த விருப்பத்தோடு வேலையே மதிய உணவுத் திட்டம் உருவாகியது.

★ இன்று, சத்துணவுத் திட்டமாகத் தமிழ்நாடு முழுவதும் செயல்பட்டு வரும் பயனுள்ள திட்டத்துக்கு வித்திட்டவர் அவர். சர்.பி.பி. நியாசராய செட்டியார் சென்னை மாநகர் அளவில் முதல் முதலில் மதிய உணவுத் திட்டத்தை அறிமுகப்படுத்தினார். அதைக் காமராசர், அன்றைய சென்னை மாநில அளவுக்கு விரிவுபடுத்தினார். இத்திட்டத்தினால் தமிழ்நாட்டில் ஏழை எவிய குழந்தைகள் பள்ளிகளை நோக்கி விரைந்தனர்.



**\* இத்திட்டத்தை**

அன்றைய கல்வி அதிகாரியாக இருந்த நெ.து.சுந்தரவடிவேலு செயல்படுத்தினார். இதனால் கல்வி பாமர மக்களுக்கு சொந்தமாயிற்று.

**காமராசர் திட்டம் :**

★ காவிரியை கட்சி நீலிவடைந்த போது அதனை வலுப்படுத்தி நனைவர் கள் ஒன்று கூடிச் சிந்தித்தனர். அப்போது மயலிவ முதல்வர்களும், நெடுங்காலமாக அமைச்சராய் இருப்போரும் பதவி விலகிக் கட்சிப் பணியில் ஈடுபட வேண்டும் என்ற திட்டம் வகுத்தார் காமராசர். அத்திட்டத்தைச் செயற்படுத்த தாமே முதலமைச்சர் பதவினையே துறந்து மற்றவர்களுக்கும் வழி காட்டினார்.

★ அன்றைய பிரதமர் நேருவே நாடாளுமன்றத்தில் இதனை பாராட்டினார். செய்தித் தாள்கள் இதனைக் காமராசர் திட்டம் என்றே பாராட்டின.

**சமுதாயப் பணி :**

உழவுத் தொழிலும் சிறக்க உழைத்தவர் காமராசர். மணி முதலாறு, கீழ்ப்பவனி, எவ்வை, சபத்தூர் முதலிய அளவைகளைக் கட்டி, நீர்ப்பாசனைத் திட்டங்களைச் செயற்படுத்தினார். சிறுநாய்களுக்கு மின்சாரம் வழங்கினார். தொழிற்பேட்டைகளை உருவாக்கி நாட்டின் பொருளாதாரத்தை உயர்த்தினார்.

தமக்கென வாழாது, பிறருக்கென வாழ்ந்து உத்தமராணர் இந்தக் காமராசர்.

- முரளிநா. இரண்டாமாண்டு, கீலா ஆசிரியர் பமித்தி நிறுவனம், வீரசோழபுரம்



**புத்தாண்டு  
பக்கங்கள்**

# நீ இல்லை!

வினை நிலங்களை அழித்துவிட்டாய்  
விவசாயிகளை நிராயுதபாணியாக்கினாய்;  
விம்மிப் புடைத்த கம்பீரக் கட்டடங்கள்  
விண்ணை முட்ட கட்டி எழுப்பினாய்!

ஒரு நாள் எங்களைத் தேடி வருவாய் -  
மீண்டும் பயிர் விளைச்சலுக்காக  
எப்பொழுது  
என சொல்லட்டுமா?  
வானம் பொய்க்கும்போது வருவாய்  
நிலம் காயும் போது வருவாய்  
பயிர் விளையாமல் மனிதா நீ எதை  
உண்பாய் - பசியால்  
மரண ஓலங்கள் கேட்கும்போது வருவாய்..  
நவீனம் என்ற பெயரில் தடம் மாறும்  
மனிதா

நின்று யோசித்துப் பார்...

நாங்களில்லாமல் நீயில்லை!

- பிரவின் ஜாஸ்பர், பி.எஸ்.ஸி.,  
முதலமைச்சர் கசிலா ஆசிரியர்  
பயிற்சி திறுவனம், வீரசோழபுரம்,  
கள்ளக்குறிச்சி

“என்னய்யா இது...

புதுக்கொடி பறக்குது...  
கட்சி பேரென்ன?”

“தலைவரே. அது நம்ம  
நாட்டு தேசியக் கொடி!”

- க.பரதி, ஜத்தாம்  
வகுப்பு, பி.யு.பி. பள்ளி,  
கயங்காடு





**எங்களுடைய கிராமத்தில்**  
மண்சட்டியில்தான் கிரேவாய்ச்  
சமைப்பார்கள். கிரேவாய்ச் கிறு  
கிறு புழுக்கள் இருக்கக்  
கூடும், உப்பு, காரம் சேர்த்து  
கிரேவாய் அடுப்பில் வைத்த  
தும் இந்தப் பாடலைப்  
பாடுவார்கள்.



**கிராமியச் சிறப்பிதழ்**

**“பச்சிலையில்**

**இருக்கிற பத்தினிப் பொண்ணுங்களை;**

**உப்புத்தண்ணியும் வருது ஒடிப்பொழைங்க’**

என்று பாடியதும், சட்டியில் இருந்த (கிரேவாய்ச்)  
புழுக்கள் மேலேறி வெளியே வர ஆரம்பித்து  
விடும். கரண்டியால் அவற்றை எடுத்து வெளியே  
விட்டுவிடுவார்கள். நாளும் இதனை பலமுறை  
செய்து பார்த்திருக்கிறேன்.

- எஸ்.ராஜகுமாரி,  
சென்னை

கிராமங்களில் பருவ  
மடைந்த பெண்ணுக்கு  
காலையில் எழுந்ததும்,  
வெறும் வயிற்றில் நாட்டுக்  
கோழி முட்டைகளை பச்சை  
யாகக் குடிக்கக் கொடுப்பார்  
கள். பிறகு, முட்டை ஒடு  
களில் சுத்தமான நல்வெண்  
னையை நிரப்பி அதனையும்  
குடிக்கச் சொல்வார்கள்.

காலையு உணவாக, உளுந்தங்  
களி செய்து பனங்கருப்பட்டியை  
தெறிது வைத்து அதன் மேல் நல்  
வெண்ணையைத் தரை ஊற்றி  
சாப்பிடத் தருவார்கள். பெண்  
தாய்மை அடையும்போது, பிரசவ  
வலியைத் தாங்கும் சக்தியை இந்தச்  
சத்தான உணவு தருகிறது. பல  
கிராமங்களில் இப்பழக்கத்தை  
இன்றும் கடைப்பிடிக்கிறார்  
கள்.

- ஆர்.ராஜலட்சுமி,  
ஹிப்னி



**பச்சிலையில் இருக்கிற**

**பத்தினிப் பொண்ணுங்க!**

இந்தியாவில் பெரிய கோயில்கள் அதிகம்  
இருக்கின்றன. ஆனால், உலகின் மிகப் பெரிய  
இந்துக் கோயில், கம்போடியா நாட்டில்  
உள்ளது. இருபது ஸ்ரீரங்கம் கோயில்களை  
அதனுள் அடக்கலாம் என்று செய்திகள்  
கூறுகின்றன.

- கே.சி. சௌந்திரம், கொடுமுடி



☐ குழந்தை வளர்ப்பு, எத்தகைய அந் புதமான கலை என்பதை தலையங்கத்தின் மூலம் நேர்த்தியாக விளக்கியிருந்த விதம் அருமை. அஸ்திவாரம் பலமாக இருந்தால் தான் இருபதாவது மாடியும் உறுதியாக நிற்கும் என்ற வரியை ஒவ்வொரு பெற்றோரும் மனத்தில் நிறுத்தினால் எதிர்காலத்தில் பக்குவம் நிறைந்த குழந்தைகள் வளர்வது உறுதி.

- பாலா ரெங்கநாதன், திருவாரூர்

☐ மங்கையர் மலர் படித்ததும் உண்டாகும் உற்சாகம், சந்தோஷம் இதையெல்லாம் மீறி ஒருவித சோக மேகம் சூழ்ந்து கொண்டதென்னவோ உண்மைதான். 'சாரதா பேசுகிறேன்' புதிய தொடரைத்தான் சொல்கிறேன். (இதுபோன்ற தொடர் வேண்டாமே... ப்ளீஸ்...)

- எஸ்.மோகனா செவ்வகனேசன், சோழிங்கநல்லூர்

(மென்மையான உள்வம் உங்களுக்கு மோகனா சின்ன விஷயத்துக்கெல்லாம் மனம் இடிந்து துவண்டு போகும் பெண்களிடையே, சாரதா போன்றவர்களுக்கும் எதிர்த்தல்போட்டு வாழ்ந்து கொண்டிருதான் இருக்கிறார்கள் என்பது நமக்குத் தெரிய வேண்டாமா? இதனால் நமது வாசகியருக்கு தெரியமும் தன்வம்பிக்கையும் கூடும் இல்லையா? தொடர்ந்து படியுங்க. ப்ளீஸ்.)

# நகைச்சுவை

- ஆர்.

☐ 'சாரதா பேசுகிறேன்' புதிய தொடர் ஆரம்பமே அசத்தலாகவும், விறுவிறுப்பாகவும் இருக்கிறது. எப்போது வரும்ோ அடுத்த மங்கையர் மலர் காத்திருக்கிறேன்.

- க.மேகா, மங்கலம்

☐ கவிஞர் மனுஷ்ய புத்தர் கொடுத்த பதில்கள் பரவசத்தைத் தந்தன. இவ்று நான்



யாராக இருக்கிறேனோ அதற்குக் காரணம் கலாநிதி என்று நன்றி உணர்வுடன் கொடுத்த பதில் மகிழ்ச்சியைத் தந்தது.

- எஸ்.பஞ்சலிங்கம், மடத்துக்குளம்

☐ படித்துவிட்டு ஊதாரியாய்த் திரிந்த நான் மங்கையர் மலர் வழங்கிய ஆஸ்திரேலியப் பிடிப்புகளைப் படித்து அதில் உள்ள முறைகளைக் கையாண்டேன். தற்பொழுது முன்னணி நிறுவனம் ஒன்றில் வேலைக்காவை உத்தரவு கடிதம் வந்துள்ளது. மங்கையர் மலருக்கு நன்றிகள் பல!

- எம்.கே.அருள்ராஜா, அரியலூர்



## சொல்ல விரும்புகிறோம்

☐ ஆல் த பெஸ்ட் 64-ல் உள்ள எல் லாமே ஆல் ஆர் பெஸ்ட்-ஆக இருந்தது.  
- எஸ்.லக்ஷ்மி சீனிவாச ராவ், திருக்கோவிலூர்

☐ வாய்ப்புண்ணால் இரவில் தூங்கக்கூட முடியாமல் அவதிப்பட்ட நான், மங்கையர் மலரின் யோசனைப்படி கொப்பளையையும், சசகசாவையும் பசும்பாலில் கலந்து சாப்பிட்டதில் நல்ல பலன்

செய்கிறீர்கள். சரியான பணி தொடர வாழ்த்து!  
- மீனாட்சி துகந்தாதன், சேலம்

☐ நப்புக்கு புது அர்த்தம் கண்டேன் மாதம் ஒருமுறை இனி உறவுகள் தேவையில்லை எனக்கு என்று கூட தோன்றும் சில தேரங்களில் கனமான சோகங்களும் ரசமான காயங்களும் மாறித்தான் போகின்றன மங்கையர் மலர் என்னும் தொழியே உன்னை ஒவ்வொரு முறையும் வாசிக்கும்போது!

- என்.கே.ஜஸ்வந்த்ரம், திருவண்ணாமலை

☐ 'வெற்றி கொடிக்கு' பகுதியில் சுயராஜ் மாலை தயாரிக்கும் பெண்கள் குழு பற்றி படித்து அதிசயித்தேன்.

- ஆர்த்தி, சென்னை

☐ அன்பு வட்டம் பகுதியில் வாசகியரின் கேள்விக்கு அனுஷா அளிக்கும் ஜாலி பதில்கள் வெகு யதார்த்தம். நகைச்சுவை பதார்த்தம்!

- எம்.மோஹனசுந்தரி, திருச்சூரூர்

☐ இரு சிறுகதைகள் ரா.ஸ்ரீவித்யாவின் 'உறவுச் சங்கிணி' மற்றும் கே.ஆர்.வள்ளூர் ராஜின் 'அவள் ஒரு தேவதை'. ஒரு கதையில் மாமியாருக்கு மறுமகளிடம் சுணக்கம் மற்ற கதையில் மருமகனுக்கு மாமியாரிடம் பிணக்கம். ஆனால் நல்ல முடிவு!

- ஜே.துரைராஜ், சென்னை

☐ 'வளரும் வலி, தளரும் தேகம்' நாயின் மனக்கசப்பை வெளிப்படுத்தும் ஹேமலதாவின் கவிதை யதார்த்தத்தின் கிரம்!

- ஆ.கே.உமாசங்கரி, கோயிற்பட்டி

கிடைத்தது.

- என்.சம்பத், சேலம்

☐ வழிகாட்டிகளாக வாழ்ந்து வரும் டிரீஸ்ட் கைடுகளை கலங்கரை விளக்கம் என்று அழைப்பது வெகு பொருத்தம்.

- சி.விஜயாம்பாள், திருச்சூரூர்

☐ 'புதிர்கொண்டேனாம், ப்ரெயிஸ் ஸ்ட்ரோக்கை' அருமையான செய்தித் தொகுப்பு.

- ராஜம் ஜானகிராமன், வேதாரண்யம்

☐ சிறந்த ஆன்மிகத் தகவல்களுடன், பரிசையும் வழங்கி மனத்தில் பதியவும்

மங்கையர் மலர் ஜூலை 2009

கா

மநாயக்கள்பாளையம் அருகே சிறு கிராமம். வெயில் விடை பெற்றுக் கொண்ட மாலை வேளை. ஊர்த்திடலில் வெட்ட வெளியில், ஒரு பத்து நிமிட மௌன நாடகம். நடித்துக் காட்டியவர்கள் திருச்சி, ஸ்ரீமதி இந்திராகாந்தி கல்லூரி நாட்டு நலப் பணித் திட்ட மாணவிகள். சுற்றுச் சூழல் குறித்தான மௌன நாடகம் அது.

"அந்த மௌன நாடகத்தைச் சட்டெனப் புரிந்து கொண்டார்கள் கிராம மக்கள். அடுத்த ஐந்தாவது நிமிடத்திலேயே அது குறித்து என்னிடம் தீவிரமாகப் பேச வந்துவிட்டனர். எனக்கு ரொம்ப ஆச்சரியம்.

"அவர்களது சந்தேகங்களைத் தீர்த்து, சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்புக்கு நாம் என்னென்ன செய்ய வேண்டுமென்பதை விளக்கமாகப் பேசிலிட்டு, அந்தச் சின்னஞ்சிறு கிராமத்திலிருந்து நகரம் நோக்கிக் கொம்புகையில் என் மனக்குள் ரொம்ப சந்தோஷம்!" எனக் குறிப்பிடுகிறார் ஸ்ரீமதி இந்திரா காந்தி கல்லூரி முதல்வர் முனைவர் கே.மீனா.

"நாள் பிறந்ததும் ஒரு கிராமம். பின்னர் நாள் வளர்ந்ததும் ஒரு கிராமம். அதனாலோ என்னவோ கிராமங்களுடனான பிணைப்பு எனக்கு அதிகமாகிலிட்டது. மேலும் கல்லூரியின் நாட்டு நலத்திட்ட மாணவிகள் கிராமங்களுக்குத் தொடர்ந்து, சென்று வரும்போது நானும் போய் வர வேண்டிய வாய்ப்புகள் அமைந்து போனதால், கிராமப்புற பெண்களின் பொருளாதார வளர்ச்சிக்கென சிறப்பு திட்டங்கள் அமைத்துச் செயல்படும் எண்ணங்கள் எனக்குள் எழுந்தன.

# வாய்ப்புகள்

"அதன் ஒரு பகுதிதான் 'மகளிருக்கான திறன் வளர்க்கும் மையம்'.

திருச்சி மாவட்டத்தில் சேவை நிறுவனத்துடன் இணைந்து இரண்டு கிராமங்களில் அதன் மையங்கள் இயங்கி வருகின்றன. கடந்த சில மாதங்களாக நூற்றுக்கணக்கான பெண்கள் சைத்திறன் தொழில் உற்பத்தியாளர்களாக, அவற்றில் பயிற்சி பெற்று வருகின்றனர். அவர்கள் தயாரிக்கும் பொருட்களை, விற்பனை செய்து தருவதன் வாயிலாக தொழில் முனைவோராக தங்களை நிலை நிறுத்திக் கொள்ளும் சூழல் உருவாக்கித் தரப்பட உள்ளது.

"கிராமப்புற பெண்களுக்குத் தரப்படும் வாய்ப்புகள், வரங்களாக மாறுகின்றன. அவர்களது பொருளாதார மேம்பாட்டுக்கு, அந்த வாய்ப்புகள் உரங்களாகின்றன!" என்கிறார் மீனா.

வ

சந்தித்து, இருபத்து மூன்று வயது. இங்கு வேலைக்கு வந்து ஒன்பது ஆண்டுகள் ஆகின்றன. "என்னோட அம்மா - அப்பாவுக்கு மெண்டு பொண்ணுங்க. அக்கா, நாணு. அப்பா விவசாயக் கூலி, ரெங்கனாதபுரம் அடுத்து இளங்காடு கிராமம். நாணு எட்டாவது வரைக்கும் படிச்சிருந்தேன். என்னையும் என்னோட அக்காவையும் வய வேலைக்கு எதுக்கும் அனுப்பாம வீடலையே வெச்சிருந்தாரு அப்பா. எனக்கு வீடலையே முடங்கிக் கிடக்க



# வரமாகின்றன!



## திராவிட மெம்பாடு

• திராவிட மெம்பாடு பங்கு கேள்வி

புதிக்கல. அப்பத்தான் பிரின்சிபால் மோட்  
தைச் சந்திச்சேன்.

"அட்டென்டரா இங்ஙன வேளை போட்  
டுத் தந்தாங்க. தங்குற எடம், சாப்பாடு  
எல்லாமே எங்களுக்கு இவ்வசம். அப்பறம்  
சம்பளம் தனி. மாதா மாதம் சம்பளத்துல  
கொஞ்சம் வீட்டுக்குத் தந்திட்டு, பேங்கல்  
பணம் சேமிச்சேன். நாலு வருசம் முன்பு,  
என்னோட அக்காவாக்குக் கண்ணாலம்.  
என்னோட சேமிப்புப் பணம் அதுக்கு ரொம்ப  
உதவியா இருந்துச்சு. இப்ப என்னோட  
கண்ணாவத்துக்கு பணம் சேர்த்துட்டு  
இருக்கேன்" என்கிறார்.

**கவ**

ாம். வயது எழுபது  
ஸ்ரீமதி இந்திராகாந்தி  
கல்லூரியில், மென்ஸில்  
உணவு பரிமாறுபவராகப் பணி  
புதிதிறார்.

"என்னோட வயக்கு எலக்கு  
யாராவது வேலை தருவாங்கவா?  
மீனாம்மா தந்தாங்க. என்னோட  
சொந்த ஊரு, திருக்காட்டுப்பள்ளி  
பக்கத்துல  
சொங்கவாதுபுரம்  
கொயம்.  
மீனாம்மாவும்  
அங்கதான்



வளர்ந்தாங்க. என்னோட வீட்டாளு இறந்து பதினைஞ்சு வருசம் ஆவுது. ஒரு பொண்ணு, ஒரு பையன், ரெண்டு பேருக்கும் கண்ணாலமாயி பேரன் பேத்திங்களல்லாம் இருக்காங்க. எனக்கு லீட்டி கம்மா ஒக்காந்து சோறு திங்கப் படிக்கலை. மீனாம்மாவோட உறவுக்காரங்க எங்க ஊர்ல இருக்காங்க, அவுங்களால்ட சொல்லியிருந்தேன்.

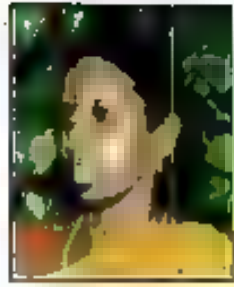
"நா இந்த காவேனுக்கு வந்து நாலு வருசம் ஆவுது. எனக்கு எந்தக் குறையுமில்ல" எனக் கூறுகிறார் லைலம்.



ஒரு சுட்டத்துல பார்த்தீங் கன்னா, மேடம் வளர்ந்த கிராமத்துலேந்து முப்பதுக்கும் மேற்பட்ட பெண்கள் இங்ஙன வேலை பார்த்தாங்க. அதுல, பதினைஞ்சுக்கும் அதிகமான பெண்கள் கல்யாணம் ஆடு வெளியூர் போய்ட்டாங்க. அப்பல்லாம் எங்களுக்கு டவுன்ல இருக்கற மாதிரி தோணாது. ஏதோ எங்க கிராமத்துல இருக்கற உணர்வே ரொம்ப இருக்கும்.

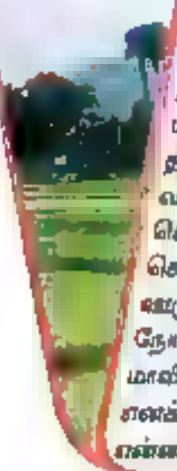
"நான் இங்ஙன வந்து ஒப்பது வருசம் ஆவுது. ஃபோன் அட்டெவ்டரா வேலை செய்தேன். டிப்ளோமா பான் பண்ணியிருக்கேன். எனக்கு அம்மா அப்பா இல்லை. என்னை, நின்ன வயசுலேயே அவுங்க ரெண்டு பேரும் இறந்துட்டாங்க.

"எங்க மாமா தான் என்னிர வளர்த்து படிக்க வெச்சு, கல்யாணம் ரொஞ்சு வெச்சாரு. எனக்குக் கல்யாணம் ஆடு ரெண்டு வருசம் ஆவுது. கிராமத்துலேந்து நான் இங்ஙன வேலைக்கு வராம போயிருந்தா, எனக்கு வெலி உலகமே என்னன்னு தெரிஞ்சுருக்காது!" என்சிறார் இருபத்தெட்டு வயதாகும் கதா.



கட்டுரை, படங்கள் : புரீஸ்லம் திருநாவுக்கரசு

# கிராமத்தை



வேதாண்யம் வட்டம் முப்பவணத்தான் எங்க கிராமம். எனக்கு பதின்னா வயசிருக்கும்போது மலேரியா நோய் வந்து நாலு பேர் இறந்துட்டாங்க. கிராமம் முழுக்க நோய் பரவியது. பதினாறு கிலோ மீட்டர் நடந்து மருத்துவமனைக்குப் போகணுமென்று ஊர்காரங்க தயங்கினாங்க. துணிஞ்சு தான் போய் மருத்து வாக்ஸி வரேன்னு மருத்துவமனைக்குப் போனேன். தகவல் சொன்னதும், 'நாங்க பின்னாடி வந்தோம். இதைக் கொடு'ன்னு நிறைய மாத்திரிகைகளைக் கொடுத்தாங்க. ஊருக்கு வந்து எல்லாருக்கும் மருத்து கொடுத்தேன். நோய் தீவிரம் குறைஞ்சது. மலேரியாவைப் போக்கிய மாவிரென்னு எல்லாரும் பாராட்டினாங்க. இன்னைக்கும் எனக்குத் தன்ளம்பிக்கை குறையாம திருக்க வரணம் என்னை வளர்த்த கிராமத்தான்!





# ஆல் கின் ஒன் சமையல்!

இம்முறை நாம்  
மைக்ரோவேவ்  
அவனில்  
கன்செக்ஷன்  
மோட் +  
மைக்ரோ மோட்  
கலந்து  
உபயோகித்து  
“ஸ்பைஸி வெஜ் பிட்ஸா”  
செய்து கலக்குவோமா?



## ஸ்பைஸி வெஜ் பிட்ஸா

தேவையான பொருள்கள் :

- பிட்ஸா பேஸ் - 1
- வெங்கனெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
- பிட்ஸா சில் - மொஸ்டர்ஷைஸ் சில் - 3
- டேபிள் ஸ்பூன்
- வெங்காயம் - 1
- தக்காளி - 1
- குடைமிளகாய் (பச்சை, மஞ்சள்) - ஒவ்வொரு 1
- பனீர் - 100 கிராம்
- பேபி கார்ன் - 4
- கறுப்பு ஆலிவ்ஸ் - 8
- ஒரிகானோ - 1 டீஸ்பூன்
- வெள்ளை மிளகுத்தூள் - 1/2 டீஸ்பூன்
- காய்ந்த மிளகாய் சீப்ரிளேக்ஸ் - 1 டீஸ்பூன்
- பிட்ஸா தக்காளி ஷாஸ் - 3 டேபிள் ஸ்பூன்
- உப்பு - 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** 1. நறுக்கிய காய்கள், பேபிகார்ன், கதுரங்கலாக நறுக்கிய பனீர் இவற்றை ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் தண்ணீர் குடன், ஒரு மைக்ரோ - புரூசீப் கண்ணாடியுப் பாத்திரத்தில் போட்டு ஹை-பவரில் மைக்ரோ மோடியல் ஐந்து நிமிடங்கள் எவக்கவும்.

மங்கலம் மான் ஜூலை 2009

2. மைக்ரோவேவ் அவனை கன்செக்ஷன் மோட் 180°C வெப்பநிலை வைத்து முன்னூற்ற பத்துநொடிக் கிறது ஒரு நிமிஷ ஸ்பூன் வெங்கனெய் தடவிய பிட்ஸாவின் அடியாகாய் மொஸ்டர்ஷைஸ் கலந்து காய் வட்டு நிமிடங்களுக்கு 180°C வெப்பநிலை பேக் செய்யவும்.

3. பேக் ஆன பிட்ஸாவின் மேல் பாகத்தில், மிதிபுள்ள வெங்கனெய், காய்கள், பேபிகார்ன், பனீர் துண்டுகள் எல்லா வற்றையும் பரப்பவும். ஒரிகானோ, காய்ந்த மிளகாய் பிளேக்வை இதன்



மேல் தூவி கறுப்பு ஆலிங்கனைப் பரவலாக வைக்கவும். தக்காளி ஸாஸை ஊற்றி, துருவிய பிட்ஸா சீஸை இதன் மேல் பரப்பி, உப்பு, வெள்ளை மிளகுத்தூளை எல்லாவற்றின் மேலும் பரவலாகத் தூவவும்.

4. 180°C வெப்பத்தில் பதிகனைத்து நிமிடங்கள் பேக் செய்யவும்.

**பின் குறிப்பு :** அவரவர் னமக்ரோவேவ் அவன் செயல்பாட்டுக்கு ஏற்ப, பேக்கிங் நேரத்தைக் கூட்டியோ, குறைந்தோ அமைக்

## 'ஆல் தீன் ஒன்' காம்பினேஷன் சமையல்

**இம்முறை நாம் எலெக்ட்ரிக் குக்கர்+ கேஸ் ஸ்டவ் இரண்டையும் மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் செய்து ஸ்பெஷல் பிரிபேளாபாத் செய்து, வீட்டிலுள்ள அனைவரையும் அசத்த மேலும் காம்பினேஷன் போடுவோமா?**

**மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச்**

**ஸ்பெஷல் பிரிபேளாபாத்**

**தேவையான பொருள்கள் :**

சீரக சம்பா அரிசி - 1 கப்

புளி பேஸ்ட் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

துவரம் பருப்பு - 1/2 கப்

மஞ்சள் தூள் - 1/2 டீஸ்பூன்

சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்

**காய்கள் :**

பூசணி, முள்ளங்கி, கேரட், குடைமிளகாய், முருங்கைக்காய் (நறுக்கியது) - 1 கப்

தண்ணீர் - 5 கப்

**வறுத்து அரைக்க :**

எண்ணெய் - 5 டேபிள் ஸ்பூன்

தனியா - 2 டேபிள் ஸ்பூன்

கடலைப் பருப்பு - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

மிளகாய் வற்றல் - 5

வெங்காயம் - 2

பூண்டு - 4 பற்கள்

தக்காளி - 3

சாம்பார் பொடி - 1 டீஸ்பூன்

கொப்பரைத் தேங்காய் துருவல் - 4

**டேபிள் ஸ்பூன்**

**தாவிக்க :**

நெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

கடுகு - 1/2 டீஸ்பூன்

**மிளகாய்வற்றல் - 2**

**பெருங்காயம் - 1 சிட்டிகை**

**கருவேப்பிலை - சிறிதளவு**

**உப்பு - 2 டீஸ்பூன்**

**செய்முறை :** 1. சீரக சம்பா அரிசியைக் களைத்து 3 கப் நீரில் ஊறு வைக்கவும்.

2. புளி பேஸ்ட்டை, ஒரு கப் நீரில் கரைத்து துவரம் பருப்பை அதில் போட்டு மஞ்சள் தூள், சீரகம் சேர்த்து எலெக்ட்ரிக் குக்கர் பாத்திரத்தில் எட்டு நிமிடங்கள் கொதிக்க வைக்கவும்.

3. சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிய காய்களை, துவரம் பருப்பு கொதிக்கும் நீருடன் மேலும் இரண்டு கப் நீர் சேர்த்துக் கொதிக்க



வைக்கவும்.

4. ஒரு வாணலியில் எண்ணெய் (ஒரு டேபிள் ஸ்பூன்) ஊற்றி, தனியா, கடலைப் பருப்பு, மிளகாய் வற்றல் மூன்றையும் பொண்ணிறமாக வறுத்து மிக்ஸரில் போடவும்.

கவும். பிட்ஸா பேஸ், பிட்ஸா தக்காளி ஸாஸ், கறுப்பு ஆலிவ், வெள்ளை மிளகுத் தூள் எல்லாமே ரூப்பர் மார்க்கெட்டுகளில் ரெடியாகக் கிடைக்கும். காய்ந்த மிளகாய் பிளேக்ஸ் தயாரிக்க நீட்ட மிளகாய் வற்

டு. மீதியுள்ள எண்ணெய் ஊற்றி, வறுத்து அரைக்கக் கொடுத்திருக்கும் பொருட்களை நன்கு வதக்கி, (கொப்பரைத் தேங்காய்த் துருவனைக் கடைசியாக ஒரு பிரட்டு பிரட்டி) மிக்ஸரில் போட்டு அரைக்கவும்.

8. களைந்த அரிசி, அரைத்த விழுது இரண்டையும் (பாதி வெந்திருக்கும்) துவரம் பருப்பு, காய்களுடன் மேலும் அரிசி ஊற வைத்திருக்கும் மூன்று கப் நீருடன் எலெக்ட்ரிக் குக்கர் பாத்திரத்தில் போட்டு, உப்பு சேர்த்து நன்கு கலந்து வைக்கவும்.

9. சுமார் 40 நிமிடங்களில் கீப் வார்ட் மோடிற்கு வந்தவுடன், கேஸ் அடுப்பில் ஒரு வாணலியில் நெய் ஊற்றி, கடுகு வெடிக்கவிட்டு மிளகாய் வற்றல், பெருங் காயம் தாளித்து, கருவேப்பினை சேர்த்து வெந்த பிஸிபேளாபாத்தில் போடவும்.

குழையக் குழைய, கமகமவென்று, கூடக்கூட (4 மணி நேரத்துக்கு மேலும் வார்ட்மூக்) கார்போஹைட்ரேட், புரதம், வைட்டமின், மினரல்ஸ், நார்ச்சத்து, மிதமான கொழுப்பு நிறைந்த பேரஷாக்கு மிக்க ஸ்பெஷல் பிஸிபேளாபாத் தயார்.

றவை, வெறும் வாணலியில் வறுத்து மிக்ஸரில் கரகரவெனப் பொடிக்கவும். வெளியே சாப்பிட மிகவும் காஸ்ட்லியான 'ஸ்பைலி வெஜ் பிட்ஸா' சிக்கலத்துடன் வீட்டிலேயே மிகமிக கலப்பமாக ரெடி!

## காம்பிசேஷன் குறிப்புகள்

**குட்டஸ் க்விட் பிஸிபேளாபாத் :** எல்லா காய்களும் சேர்க்க நேரமில்லையா? டோன்ட் வொர்ரி. வெங்காயம், பூண்டு, தக்காளி, உருளைக்கிழங்கு மட்டும் சேர்த்தால், உங்கள் வேலை க்விக்காக முடிவது மட்டுமல்ல, உங்கள் சுட்மஸ் அதைவிட்டபுள் க்விக்காக பிஸிபேளாபாத்தைக் கபளீகரம் செய்துவிடுவார்கள்.

**மக்ஷஜ் ஃபேவரிட் பிஸிபேளாபாத் :** தாளிக்கையில் பட்டை, கிராம்பு, சோம்பு, மராட்டிமொக்கு சேர்த்து, கரம் மசாலா ஸ்பெஷல் டச் கொடுத்தால், மக்ஷஜ் க்ரூப், ரியலி 'ஸ்பைலி அண்ட் டேஸ்டி. பிஸிபேளாபாத்' என்று ஸ்டைலாக காம்ப்ளி மெண்ட் கொடுப்பார்கள்.

**பெட்டர் ஹாஃப் டயட் பிஸிபேளாபாத் :** அரிசிக்குப் பதில் சம்பா கோதுமை ரவை, துவரம் பருப்புக்குப் பதிலாக பாசிப் பருப்பு, நெய் சேர்க்காமல் ஆலிவ் ஆயில் சேர்த்து (3 1/2 கப் தன்ஸீர் போதும்) செய் தால் காலை வாக்குவாத 'பிட்டர் ஹாஃப்', போய் என் 'பெட்டர் ஹாஃப் நீ' என்று உங்கள் ஸ்லீட் ஹார்ட் உருகுவது நிச்சயம்!

**சீனியர் சிட்டிசன் பேஷ் பேஷ் பிஸிபேளாபாத் :** தாளிக்கையில் சிறிது நல்லெண்ணெயில் சின்ன வெங்காயம், வெந்தயப் பொடி சேர்த்துத் தாளித் தால் பெரியவர்களிடமிருந்து சாம் பார் காதம் + வற்றல் குழம்பு டேஸ்ட் டுடன் பிஸிபேளாபாத்தா? பேஷ்! பேஷ்! என்று ஷொட்டு வாங்கலாம்! (தொடர்ந்து கலக்குவோம்)



# சூயற்சைகயின்

**கொய்யா விளைச்சல் பெருக**

**கொய்யா** மரங்கள் புது துளிர் அடிக்க,

அதோட நுனியிலதான் கொத்தா பூ பூந்து.  
காய் காய்க்கும். மரங்கள் புதுத் துளிரடிக்காம,  
மலட்டு மரங்களாவே நிக்கிற காலத்துல.  
ஒரு செய்முறையைக் கடைப்பிடிச்சா,  
நெறய புதுச்சுளிக்களைப் பூக்க எவச்சலாம்.

அது என்ன?

மரத்தைச் சுத்து நெலத்துல சிலபல முளைக்குச்சிகளை ஊணி, அதுல நுனிக்கிவைகளை இழுத்துவச்ச கட்டிவுடனும்.

அப்பறம் பாருங்க. என்ன நடக்குதுன்னு!

**ரோஜாவில் மாவுப்பூச்சி**

தோட்டத்துல வச்சிருக்குற ரோஜா செடியோட கிளைகளில, வெள்ளையா பூக்க மாதிரி ஒட்டிகிட்டிருக்கிறதைப் பார்த்திருப்பீங்க. அதுதான் மாவுப்பூச்சி. செடியோட சாற்றை உறிஞ்சி, பூவே பூக்காதுபடி செஞ்கடும். இதைக்கட்டுப்படுத்த அதிக செலவு செஞ்சு விஷமான பூச்சி மருந்துகளை ஸாங்கி அடிக்க வேண்டியதில்லீங்க. அதுக்கு கலபமாவ வழி இருக்கு.

மண்ணைக்கிளறி வேப்பம்பண்ணாக்கு வைக்கலாம். அல்லது வேப்பங்கொட்டையை நல்லா பொடி செஞ்சு, தண்ணியில கலந்துச்சு, வடிக்கடி, அதோட கொஞ்சம் சலவை சோப்பைக் கரைச்சுவிட்டு, செடிமேல தெளிக்கலாம். அல்லது மண்ணெண்ணையை துனியின நனைச்சுக்கிட்டு, பூச்சிகளைத் துடைச்சி எடுத்துடலாம்.

செம்பருத்திச் செடிகளிலயும் மாவுப்பூச்சி தொந்தரவு இருந்தா, இதே செய்முறையைப் பின்பற்றலாம்.

கலபந்தானே!





## எலுமிச்சையில் அதிக லாபம்

எலுமிச்சை மரங்கள், பொதுவாக கோடை காலத்துல கொறைச்சலாத்தான் காய்க்கும். ஆலா, அந்த நேரத்துலதான் சந்தையில் எலுமிச்சம்பழங்களுக்கு அதிக தேவையும், நல்ல விலையும் இருக்கும். மரங்களைப் பராமரிக்குற முறையில் ஒரு சின்ன மாற்றம் செஞ்சா, கோடை காலத் துலயும் அதிக காய்களைப் பெறமுடியும்.

டிசம்பர் - ஜனவரி மாதங்களில், முப் பதுலேர்ந்து, நாப்பது நாட்களுக்கு மரங் களுக்குத் தண்ணீர் பாய்ச்சாம விட்டுட னும், அறுசுக்குபறம் நீர்ப்பாசனம் குடுத்து, மரம் குப்புண்டு டுத்து, நெறய காய்

## உயர்தொழில் நுட்ப

### வேளாண்மை

வேளாண்மை யில், புதுமையா ள்ளதையாவது செஞ்ச லாபம் பார்க்கணும். கம்மா அளாச்ச

மானவையே அளரக்கக் கூடாதுங்க.

இப்போ... கொறஞ்ச சாகுபடி பரப்புல அதிகமான காய்கறிகளை உற்பத்தி செய்ய, பாலிநீதின் குடிஸ் (Poly houses) சாகுபடி முறை வந்திருக்கு.

அந்தக் குடினுக்குள் சூரிய வெப்பம், காற்றின் ஈரப்பதம் போன்ற தட்ப வெப்ப சூழ்நிலைகள் கட்டுப் படுத்தப்பட்டு, பயிர் சாகுபடி செய்றதுவால கொறஞ்ச நாட் களில், விளைச்சல் பலமடங்கு அதிக யாகுது.

அருகிலுள்ள வேளாண்மை நுராய்ச்சி நிலையங்கள்ல ஆலோசனை கேட்டு, பாலித் தின் குடிஸ் அமைக்கிற முறை காய் பத்தி தெரிஞ்சுக்கலாம்.

உங்க வாழ்க்கைத்தரம் உ ளுனும்வா, மற்றவங்களைவிட ஓர் டீட்டு. முன்னால வச்ச நடக்கப்பழகணுங்க.



**கிராமியச் சிறப்பிதழ்**

# காதலிகளே...

கிடைக்கும்.

செஞ்சு பாருங்கவேன்!!

## உலர் மலர் வணிகம்

நாம்ப நாட்டு உலர் மலர் அலங்காரத்துக்கு (Dried flower arrangement) வெளிநாடுகளில் நல்ல வரவேற்பு இருக்குங்க. 'உலர் மலர்'னு சொன்னா, பூக் களோடுகூட, காய்ந்த இலை கள், கிளைகள், பட்டை, விதை - போன்ற பல தரவர பாகங்களையும் சேர்த்து, முறைப்படி காய வச்சு, பதப் படுத்தி வர்ணம் பூசி அலங்கரிக்கிறது.

தெள்ளம்பாளை, குகும்பை, இதை யெல்லாம் வெச்சுக்கூட உங்க கற்பனை வளத்துக்குத் தச்சபடி விதவிதமான உலர் மலர் அலங்காரம் செய்யலாம். இதை நல்ல விலைக்கு வித்து, நல்ல லாபம் சம்பாதிக்கலாம்.

நீங்க ஏன் செய்யக்கூடாது?



\* வான்மதி கண்ணன்  
(விவசாய ஆலோசனை -  
'மக்கள் உதவி')



## விதை உற்பத்தித் தொழில்

நல்லவிதை இருந்தால்தான் நல்ல விளைச்சல் கிடைக்கும். இவ்விக்கு தரமான காய்கறி விதைகளும், பசுந்தான் உரவிதைகளும் கிடைக்கிறது அரிதா இருக்கு. ஆனா, இந்த விதைகளுக்கு மிகப் பெரிய தேவையும் இருந்துகிட்டிருக்கு.

வேளாண்மை ஆராய்ச்சி நிலையங்களிலிருந்தும் தனியார் விதை நிறுவனங்களிலிருந்தும் வெளியிடப்படற தாய் வித்துக்களை வாங்கி, உங்க தோட்டத்துல பயிரிட்டு, தனீ கவனம் செலுத்தி விதைப் பெருக்கம் செய்து விற்பனை செய்யலாம்.

தக்கைப்பூண்டு, மணிலா அகத்தி, சணப்பு, கொஞ்சந்தி போன்ற பசுந்தான் உரப்பயிர்களை விதைக்காகவே சாகுபடி செய்து விற்பனை செஞ்சா நல்லா வாயம் கிடைக்கும்.

யோசனை பண்ணுங்க!

### தேனீ வளர்ப்பு

கூட்டுக் குடும்ப வாழ்க்கைக்கு உதார

ணமா தேன் கூட்டைச் சொல்லலாம். ஒவ்வொரு தேன் கூட்டுலயும் ஒரே ஒரு ராணி தேனீ, சில துறா ஆண் தேனீக்கள் இருக்கும். தோட்டத்துல சில தேனீ பெட்டிகளை வெச்சு பராமரிச்சா, செலவே இல்லாம, தேன் மூலமா நயக்கு ஒரு உபரி வருமானம் கிடைக்கும்.

தேனீக்கள் செய்யுற மகரந்தச் சேர்க்கை யினால கத்திலும் இருக்குற பலன் தரும் செடி கொடிகளோட விளைச்சல் கூடும். அதுவும் ஒரு கூடுதல் வருவாய்.

என்ன கஷ்டம்? உடனே செய்யுங்க!

### ஏழைகளின்

#### பசு - வெள்ளாடு

வெள்ளாட்டுப்பால் பல மருத்துவ குணங்கள் கொண்டது. ஆனா, பலரும் இதை விருப்பமா வாப்புடறதில்லிங்க. காரணம் - வெள்ளாட்டுப்பால்ல அடிக்குற ஒருவிதமான மொச்சை வாசனை, பெட்டை ஆடுகளைத் தனியாகவும், கிடா ஆட்டைத் தனியாகவும் பிரிக்க வளர்த்து, பால்ல அறவே மொச்சை வாசனை வராதுங்க.

குழந்தைகளுக்குப் புரதம் நிழைஞ்ச

## திராமாயணம்

கேரளாவில் உள்ள திருச்சூர்தான் எங்க சொந்த உள். குடும்பச் சூழ்நிலை காரணமா, பழனியில் குடியேறினோம். எங்க அப்பா எம்மச்சந்திரனுக்கு, பழனிமலை முருகன் தேவஸ் தானத்துல வேலை என்பதால், நான் எப்பவும் அங்கேயே சுத்திக்கிட்டிருப்பேன். பழனிமலையிலே உள்ள வையாபுரி குளத்துல நீச்சல் அடிக்கிறததான் என்னோட பொழுதுபோக்கு! இடும்பன் குளத்துல தாமரைப்பூக்களைப் பறிச்ச பூளைக்குக் கொடுப்பேன். படிப்படியா தாவித் தாவி ஒடுவேன். இன்னிக்கு இந்த அண்டிக்கு உசத்துருக்கேன்னா அதுக்கு பழனி முருகன் அருளும் ஒரு காரணம்!



\* கே.ஆர்.விஜய்

# இராமாயணம்!



மிதுளையில் இருக்கிற கள்ளத்திரி தான் எங்க விராமம். திளைக்கலி வேலை செய்து அதில் வற வருமாளைத்துல்தான் எங்க குடும்பமே நடத்தணும். அவ்வளவு வறுமை. எனக்கு அம்மா இல்லாததால் அப்பாதான் வளர்த்தாரு. "சம்பாதிக்கிறது வயித்துக்கே போதல; இதில எப்படி பள்ளிக்கூடம் போவே?" என்று என்னை பள்ளிக் கூடத்துக்கு அனுப்பல.

படிப்புவிறந்து எனக்கு கணவனவே பைக்க. ரொம்ப நூள் வளரக்கும் அந்த வடு என் மனைக்குள்ளேயே இருந்தேக்க. என் விராம சூழ்நிலை மனசில பதிஞ்சதால் தான் விராம மேம்பட்டுப் பணிகளால் எனக்கு ஆர்வம் வந்துக்கன்னு நினைக்கிறேன்.



க. சிவசுப்பிரமணியன்

வெள்ளாட்டுப்பாலைக் குடுத்து வளர்த்திங் கவ்வா அவங்கனோட மூளை வளர்ச்சி சிறப்பா அமைவுங்க.

ஞாபகம் வச்சிக்குங்க!

## பிறந்த கள்ளை கவனியுங்கள்

கண்ணுக்குட்டி பிறந்து விழுந்ததும் கால் குளம்பு நீளமா வளர்ந்திருக்கும். எழுத் திரிச்ச நிக்க ரொம்ப கஷ்டப்படும். அத னால் குளம்பைக் கின்னி எடுத்துடணும். அப்புறம் மூக்குவ இருக்குற சலிவையத் துடைச்சிவிடணும். அப்ப தான் அதனால் சரியானபடி மூச்சு விட முடியும்.

தொப்புள் கொடியை புது பிளேடைக் கொண்டு வெட்டிவிட்டு, அந்த இடத்துல மறக்காய் டிங்ச்சர் அயோடியல் தடவி விடுங்க. அப்பதான் அந்த இடத்துல மிரு மித் தொற்று உண்டாகி சிழ் பிடிக்காம இருக்கும்.

## சீம்பாலின் மகத்துவம்

சீம்பால், பொறுத்த கண்ணுக்குட்டிக்காகவே

ஆண்டவன் படைச்சது. அதைக் கறந்து தீங்க கோவா வெண்டி சாப்புடறது அந்தக் கண்ணுக்குட்டிக்கு செய்யிற துரோகம். எவ்வா சீம்பாலையும் கண்ணுக்குட்டிக்கே ஊட்டும் படி விட்டுடுங்க. அதுக்கு நோய் எதிர்ப்பு க்திவையத் தரக் கூடிய அருமருந்து சீம்பால் தான். இதை நல்லா புரிஞ்சுக்குங்கமமா..

## எருமையின்

### கிளைப்பருவ அறிகுறி

எருமை மாடு ஏன் ராத்திரியில் சுட்டுத் தறியிலேர்ந்து அறுத்துகிட்டு ஒடுது?

பெரும்பாலும் குளிர்ச்சியான இரவு தேரத்துலதான் எருமைமாடு கிளைப் பருவந்துக்கு வரும். சீழ் பற்களைக் காட்டி கத்திவிட்டிருக்கும். சொட்டுச் சொட்டா அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கும்.

இதையெல்லாம் கவனிக்கப் பார்த்து, விடிஞ்ச உடனே அதைக் கருவூட்டல் செய்ய ஒட்டிகிட்டுப்போங்க!

அறுத்துகிட்டா ஒடுனென்னு அதைச் செமத்தியா அடிக்காதிங்க.

நகரத்து நீம் பார்க்குகளும், நாகரிக மால்களும் போராடித்துப் போகும்போது, குடும்பத்துடன் எங்கேயாவது வித்தியாசமாகப் போய்விட்டு வரத் தோணுமில்லையா?



துகும் இரைச்சலும் சூழ்ந்த போக்குவரத்து தெரிசலிலிருந்து தப்பித்து, பவீர் வாசம் கமத்த கதறறை கவாசித்தபடி, பகம்பும் வரம்புகளில் கால் பிடுத்து நடக்க யாருக்குத்தான் பிடிக்காது?

வரட் வரட் பிட்வா, உப்பு சப்பில்லாத தூடுல்லுக்கு டாடா சொல்லிவிட்டு, பதநீர், கம்பங்குழி, பனம்பழம், சூசிக் கிழங்கு என்று சாப்பிட்டால்... ஆஹா அதுவும் ஒரு தனி கவைதான்.

பத்தடிக்குப் பத்தடி ல.ஸி. அளையில் மூச்சு முட்டியது போலும். சவசவக்கும் அரசமரத்தடியில், கதீற்றுக்கட்டிலில் படுத்தபடி, வாங்குது நட்சத்திரங்களைப் பார்ந்தபடியே... தூங்கிப் போவது...

ஆஹா... எவ்வ அளம்!

"உண்மைதான்! ஏதாவது கிராமப் புறமாகப் பார்த்து. இரண்டு நாள் டீர் அடித்து வர ணும்னுதான் ஆசைப்படறோம். ஆனால் இவற்கை அழகும், இனிய விருந்தோம்பலும் கொண்ட கிராமங்களை எங்கே போய் தேடறது?" என்று கேட்பவர்களுக்கு...

"நாங்க இருக்கோமோ" என் கிறது தயிற்சாடு கூற்றுலா துறை.

"தீமிந்நாட்டு" இருக்குற ஒவ்வொரு கிராமத்துக்கும் ஒவ்வொருவிதமான சிறப்பு இருக்கு. அவங்களோட பேச்சு, உணவு, உடை, கலையு, வழிபாடு, பழக்க வழக்கம் எல்லாமே. ரொம்ப கூவித்துவமா இருக்கிற உணவு... கூற்றுலா பயணிகளுக்கு மாறு பட்ட உதாகை அளவாயமா இருக்கும்.



பேலக்குது பாருங்க





● புதிய அனுபவம்

அப்போது, உலகம் முழுவதும், இவ்வாறு  
வளங்கொண்ட பின்னால்தான் (இ)தான்  
திருநாளைக்கு அடுத்தபடியாக, அப்போதுதான்

ஊர் ரெயம்புவே  
விநாயகசுந்தரன்.

தேவஸக்தி ஏற்ப, எல்லா ஏற்பாடுகளையும் செய்து திருநிறோமம். வண்ணெய்க் குறியால்

மாட்டு வண்

டிப் பழனங்கல், தூயம், பல்வாங்குழி  
ஆட்டம், மண்பாணை சண்டையம், கிளி  
தேரூதிடம் என பம்பலிதராள வரீதரங்கள்  
இருக்கும். மட்டுமே

● 如何设计调查问卷

[illegible]

**கிராமத்துச் சிறப்புலா!**

# கிராமியச் சுற்றுலா போன நமது வாசகர்களின் உற்சாக காமென்ட்டுகள்!

இவ்வளவு  
சிப் அண்ட் பெஸ்டா,  
வித்யாசமா ஒரு  
சுற்றுலா இருக்கும்னு  
நினைக்கவே  
இல்ல.



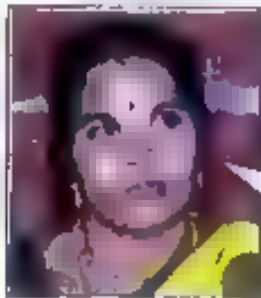
\* குணசேகரன்

கண்டு, 'நூல் டிரீஸ்' என்ற  
விஷயத்தை உருவாக்கிக்  
கொண்டிருக்கிறோம். இன்னும்  
நிறைய சாதிக்கவிருக்கிறோம்!"  
யன்கிறார் தமிழக சுற்றுலா  
மற்றும் கனம் துறையின் செய  
லர் டாக்டர் வெ.இளையன்பு  
ஐ.ஏ.எஸ்.

தமிழ்நாடு சுற்றுலா

டம் போன்ற கிராமிய நிகழ்ச்சி  
களை கண்டு களிக்கலாம்.

"இதில் இன்னொரு விசே  
ஷம் என்னவென்றால், மகளிர்  
கயாடதவிக் குழுவினர், கிரா  
மியக் கலைஞர்கள், உள்ளூர்  
இளைஞர்கள் அனைவரும்  
இந்த சுற்றுலா விருந்தோம்பல்  
பணிகளில் பங்கு பெறுவார்கள்



\* காளையகேசவரி

சூப்பா  
இருந்தது! நல்லா  
விளம்பரம் செஞ்சு  
இன்னும் வெளில  
கொண்டு  
வரணும்!

இன்னும் நிறைய  
நேரம்  
இருத்திருக்கலாம்!



\* சிவசுந்தரி

துறைமுகப் பொருத்தவரை,  
டிரீஸ்ட்டுகளில் விருப்பப்படி,  
எந்தவிதமான கௌரவங்களையோ  
எதிர்பார்க்கின்றனவோ, அதன்  
படி, சுற்றுலா ஏற்பாட்டை  
செய்து தர தயாராக இருக்  
கிறோம். என்றாலும், தற்போது  
காடம்பாடி, தண்டரை, செட்டி

என்பதால் தூற்றுக்கும் மேற்  
பட்ட கிராம மக்கள் வேலை  
வாய்ப்புகள் பெற்றுப் பய  
னடைவார்கள்.

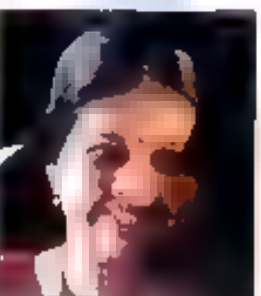
"இப்போதெக்கு, ஒரு ரில  
கிராமங்களை அடையாளம்



\* நித்யாநீ

ரொம்ப  
ஜாலியா  
இருந்தது!

என் குழந்தைகள்  
ரொம்பவே என்னாய்  
செஞ்சாங்க! அடுத்த  
வீடு-என்ட்டுக்கு  
மறுபடி  
வரப்போறோம்!



\* சிந்து

நாடு, தேவிப்பட்டணம், கழுகு  
மலை, தீர்த்தமாலை இருக்  
குடுங்குடி, தாடியாங்குடி, சை,  
திருவிடைமருதூர் போன்ற பல  
இடங்களில் கிராமியச் சுற்றுலா  
வசிகரமாகச் செயல்படுகிறது."

சில ஆண்டுகூட  
அங்கிள்ஸ் மேஸம்  
கொட்டி, டான்ஸ்  
ஆடினாங்க,  
அது ரொம்பப்  
பிடிச்சிருந்தது!



\* K. S. Vignaraj

நாடி பிடித்துப் பார்த்து வைத்  
தியம் செய்வதும், முறைப்படி  
மசாஜ் தருவதும் வித்தியாச  
மான அனுபவங்களாக  
இருந்தன.

செம்பருத்தி தேநீர்  
கொடுத்து, அன்புடன் வழி  
யனுப்பி வைத்த இருளர் இன  
மக்களைப் பிரியவே மனம்

என்கிறார் தமிழ்நாடு சுற்றுலா  
லளர்ச்சிக் கழகத்தின் பொது  
மேலாளர் எஸ்.கரேஷ்குமார்.

மிகக்காய்மலர் வரச்சுருக்கள்  
கொண்ட ஒரு குழுவை, செங்  
கல்பட்டு அருகே, திருச்சுழுக்  
குன்றத்துக்குப் பக்கத்தில்  
உள்ள தண்டரை மூலிகை  
கிராமத்துக்கும், காடம்பாடி



\* K. S. Vignaraj

எப்பவும் பேங்க்,  
வேலைனு மண்ணைக்  
காய்ச்சு போயிருந்த  
எனக்கு ஒரு குதூகலமான  
அவுட் லெட்!

"இந்த அப்ரேச  
எனக்கு ரொம்பப்  
பிடிச்சிருக்கு!"



\* K. S. Vignaraj  
வடிவேலு பாஸரி கெமெண்ட்.

வரலில்லை. ஏதோ பாட்டிலின்  
கிராமத்துக்குப் பேயம் விட்டுத்  
திரும்பும்போது, ஏற்படும்  
ஆனந்தமும் திருப்தியும் மன  
தில்!

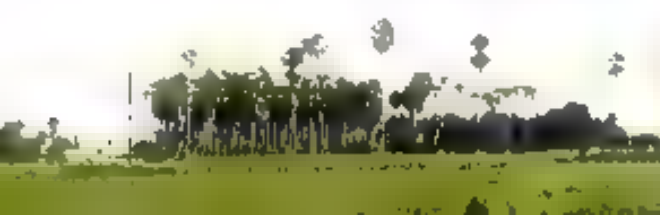
- மங்களேஸ்வரி

படங்கள் :  
ஸ்ரீஹரி

கடற்புற கிராமத்துக்கும் அன்புடன் அழைத்துச்  
சென்றார் இவர்.

பச்சை நிற வயல்கள், பனைமரங்கள்,  
முனீஸ்வரர் கோயில், எவ் அசல் கிராமியத்துணமாக  
இருந்த காடம்பாடியின் சிறப்பம்சங்கள் இரண்டு.  
ஆயுர்வேத மசாஜ் மற்றும் படகுப் பயணம்.

இருளர் பழங்குடி, பெண்கள் நல அமைப்  
பினரால் மிக அழகாகப் பராமரிக்கப்படும்  
தண்டரை மூலிகைப் பண்ணை ஓரிஸ்ட்டுகளை  
திச்சயம் கவர்ந்திழுக்கும். இருளர் மருத்துவர்கள்



ஆர்த்தி, அருகில் வந்ததும் மனோகர் புல்வெளியிலிருந்து எழுந்து அருகிலிருந்த சிமெண்ட் பெஞ்சில் அமர்ந்தான். அவன் வந்து அவனருகில் அமர்ந்தான்.

"என்ன மாமா, என்ன முடிவு செஞ் சிங்க? அந்தக் குணசேகரைக் கொலை செஞ் சிட்டு ஜெயிலுக்குப் போகப் போறீங் களா? எப்படிக் கொலை பண்ணதுன்னு திட்டம் போட்டாச்சா?"

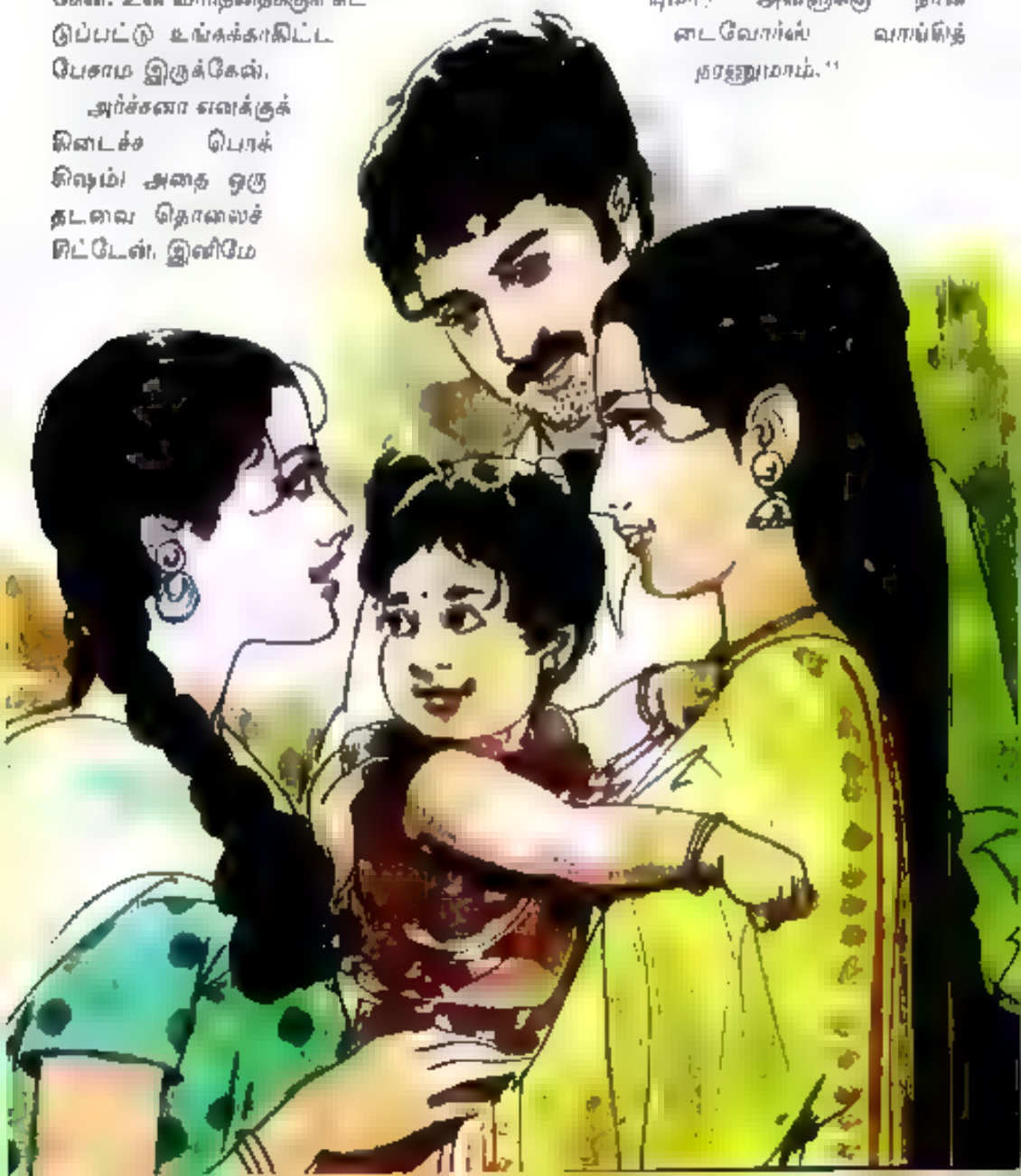
"ஆர்த்தி, நானே நொத்து போயிருக் கேள். உன் வார்த்தைக்குக் கட்டுப்பட்டு உங்கக்காகிட்ட பேசாம இருக்கேன்.

அர்ச்சனா எனக்குக் கிடைச்ச பொக் கெடும்! அதை ஒரு தடவை தொலைச் சிட்டேன். இனிமே

அந்த முட்டாள்தனத்தைச் செய்யமாட் டேன். சொல்லு, அவ எங்க இருக்கா?"

"சொல்றேன் மாமா. அதுக்கு முன்னாடி அவளோட இப்போதைய மனநிலை என்னன்னு நீங்க தெரிஞ்சிக்கணும். அவ ஒரு ஹாஸ்டல் தங்கியிருக்கா. எக்ஸ் போர்ட் கம்பெனில ஹெல்ப்பர் வேலை யில் சேர்ப் போறா. என்ன இப்படியே விட்டுருன்னு சொல்றா. அவ என்கிட்ட

கேட்ட ஒரே உதவி என்ன தெரி யுமா? அவளுக்கு நான் டைவோர்ஸ் வாங்கித் தரணுமாம்."





"இல்ல... பொய் எனக்கு உறைக்கணும்னு கற்பனையா சொல்றே. அவ என்மேல கோபமா இருக்கா. அதுக்காக என்னை விட்டுப் பிரிஞ்சிட நினைக்கிறான்னு நீ சொல்றது அதிகம். அவனால அது முடியாது. எங்க ரெண்டு பேர் காதல்ல, அவ என்மேல வெச்சிருந்த காதல்தான் அதிகம்."

"நம்பிக்கை உடையறப்ப காதலும் சேர்ந்து உடைஞ்சிடும் மாமா. அவ அப்படி சொல்றான்னா.. அந்த அளவுக்கு காயப் பட்டிருக்கா உங்க வார்த்தைகளாலா? உங்க செய்கைகளாலா அதை ஏன் உணர மாட்டேங்கறேங்க? குடும்பத்துல என்ன பிரச்சனை நடந்தாலும் ஒரு பொண்டாட்டி பொறுமையாவே போகணுமா? எதுக்கும்

வைக்கிறேன். ஆனா.. முதல்வ எனக்கு நீங்க ஓர் உத்தர

வாதம் தரணும் மாமா."

"என்ன சொல்லு?"

"பழி வாங்கற உணர்வையெல்லாம் மூட்டை கட்டி வெச்சிட்டு.. ஒரு புது மனுஷனா... எங்கக்காவைக் காதலிச்சப்ப இருந்த அதே உற்சாக மனுஷனா மறுபடியும் மாறணும். உங்க நிறமையையும், புத்திராலித்தனத்தையும் யாரும் எப்பவும் பறிச்சிட முடியாது மாமா. ஏதாச்சும் ஒரு வகையில் உங்களால முன்னேறிட முடியும்."

"ஆர்த்தி உன்னைப் பார்த்தா ரொம்பப் பெருமையா இருக்கு. எவ்வளவு பக்குவமா பேசறே? எந்த உறவுகளும்

# பூ பூக்கும் ஓசை!

எல்லையில்லையா?"

"நான் பேசுறது, நடந்துகிட்டது எல்லாமே தப்புதான். இப்ப அதை நான் உணர்ந்துட்டேன் ஆர்த்தி. ஓர் எதிரியாலயே என்னை மன்னிக்க முடியுதுன்னா.. என் அர்ச்சனாவால, என்னை மன்னிக்க முடியாதா?"

"முடியும். என் அக்காவைப் பத்தி எனக்கு நல்லாத் தெரியும். நான் விரும்பற ஒருத்தர் ஓர் அடி விலகிப் போனா... இவ பத்தடி விலகிப் போயிடுவா. அவங்க ஓர் அடி இவளை நோக்கித் திரும்பினா.. பத்தடி அவங்களை நோக்கி வந்துடுவா. ரொம்ப மெல்லிகான மனசு மாமா."

எந்த வேகத்துல உணர்ச்சிவசப்படறானோ.. அதே வேகத்துல உண்மையும் புரிஞ்சுக்குவா. நான் அவளுக்குப் புரிய

வேணாணு நாங்க எவ் லாரையும் உதறிட்டுத் தனியா புறப்பட்டோம். அந்த உறவுதான் இப்ப நாங்க வாழணும்னு போராடுது..

உன் அப்பா, அம்மாவுக்கு உள்ள அதே கோபம் உனக்கும் இருக்க நியாயமிருக்கு. அப்படி ஒரு கோபத்துல நீ இருந்திருந்தா.. என்னை வெளிய எடுக்க ஸ்டேஷனுக்கு வந்திருக்க மாட்டே. இந்திரம் அந்த இன்ஸ்பெக்டர் ஏதாச்சும் ஒரு செக்ஷன்ஸ் என்னை உள்ள தள்ளிருப்பார். உனக்கு எப்படி தேங்ஸ் சொல்கதுன்னு தெரியலை."

"இருங்க மாமா, இன்னும் என் வேலை முடியலை. இப்ப இருக்கற உங்க மன நிலையை அக்கா கிட்ட



எடுத்துச் சொல்லி அவனைச் சமாதானப் படுத்தனும். அவ உங்களை மறுபடி ஏதுக்கணும். அதுக்கப்புறம் மொத்தமா நன்றி சொல்லுங்க" என்று எழுந்தாள் ஆர்த்தி.

**நா**ன்கு மாத்திரைகளையும் கிழித் தெடுத்து அப்பாவின் உள்ளங்கையில் வைத்துவிட்டு, தண்ணீரைக் கொடுத்தாள் ஆர்த்தி.

அப்பா, மாத்திரை விழுங்கி முடித்த தும்.. அருகில் ஸ்டேஸை இழுந்துப் போட்டுக்கொண்டு அமர்ந்தாள்.

உள்ளிருந்து வந்த அம்மா, "ஆர்த்தி. இன்விலேருந்து காவேஜுக்குப் போகப் போறதா சொன்னியே, புறப்படலையா?" என்றாள்.

"இல்லம்மா. இன்னும் ரெண்டு நாள் கழிச்சப் போறேன்."

"ஏம்மா?" என்று வாஞ்சையோடு அவள் தலைவையைத் தடவினார் அப்பா. "இப்ப எனக்கு ஒண்ணும் இல்லம்மா. நல்லாருக்கேன். அம்மா இருக்கா. நீ போய்ட்டு வா. பாவம்.. ஏற்கெனவே நிறைய நாள் வீடு போட்டுட்டே" என்றார் அப்பா.

"பரவால்லப்பா. உங்களுக்காக இத் தனை நாள் வீடு போட்டுருந்தேன். இப்ப அக்காவுக்காக இன்னும் ரெண்டு நாள் வீடு போட்டா தப்பில்லைப்பா."

அம்மா அருகில் வந்தாள், "ஏய்... அக்காவைப் பத்தி பேசுனாலே அப்பாவுக்குப் பிடிக்காதுன்னு தெரியுமில்ல. இப்ப எதுக்கு அவ பேச்சை எடுக்கறே?"

"இல்லம்மா. நான் பேசியாகணும். அப்பா, என்னை மன்னிச்சுடுங்க. நான் ஏதாச்சும் அதிகப் பிரசங்கித்தனமா பேசற மாதிரிகூடத் தெரியலாம். ஆனா நான் பேசியே ஆகணும். அப்பா, இந்த ஆபரேஷன் நிறைய ரிஸ்க் இருந்திச்சு. அது உங்களுக்கே தெரியும். அதனாலதான்

ஆப்பம் செய்வதற்கு ஒரு கப் புழுங்கலரிசியுடன், ஒண்ணைமூக்கால் கப் பச்சரிசி, ஒரு கைப்பிடி, உளுந்து, ஒரு மஸ்பூன் வெந்தயம், இரண்டு கைப்பிடி அவல் சேர்த்து ஊற வைத்து, அரைக்கவும் மறுநாள் இரண்டு சிட்டிகை ஆப்பசோடா கலந்து ஆப்பம் செய்தால், பட்டுப் பட்டாக இருக்கும்

- பத்மினிசேகர், பெங்களூரு

என்னைக் கூப்பிட்டு உக்காரவெச்ச வீட்டுப்பத்திரம் எங்க இருக்கு. எஸ்.ஐ.சி பாலிசி எங்க வெச்சுருக்கேன்னெல்லாம் சொன்னீங்க. நெருப்புன்னா வாய் வெந்துடாது. ஆபரேஷன்போ ஏதாச்சும் ஆயிருந்தா. நீங்க இந்த நிமிஷம் இல்லை. இது உங்களுக்கு மறுபிறவிப்பா. உங்க மனசாட்சியைத் தொட்டுச் சொல்லுங்க.

"ஆபரேஷன் தியேட்டர்ல ஆபரேஷன் நடக்கப்போற நேரத்துல உங்க மனசுல பலவிதமான சிந்தனைகள் வந்திருக்கும். அதுல உங்க பேத்தியைப் பாக்கவே இல்லையேங்கற ஒர் ஏக்கமும் இருந்திச்சா இல்லையா? மறைக்காம சொல்லுங்கப்பா. அப்படி ஒரு நினைப்பு வந்திச்சா இல்லையா?"

"ஏய்.. என்னடி அப்பாகிட்ட இப்படிச் சொல்..," என்று அதட்டிய அம்மானாவுக் கையமாத்தினார் அப்பா அவ பேசட்டும்."

"என்னதான் கோபம் இருந்தாலும்.. அடி மனசுல உங்களுக்கு அக்கா மேலயோ இல்ல அக்கா பெத்த உங்க பேத்தி மேலயோ பாசமே இல்லாம இருக்காதுப்பா. அந்தப் பாசம் அந்தச் சமயத்துல கண்டிப்பா வில்வரூபம் எடுத்திருக்கும்ப்பா.

நம்ம உடம்புக்கு சட்டை போட்டு மறைக்கிற மாதிரி நம்ம மனசுல இருக்கற



நிலுமான உணர்வுகளுக்கும், தன்மானம், கோபம், வீம்புன்னு டி.கே.என் டி.கே.என் சட்டை போட்டு மறைச்ச வெச்சிருக்கோம். உண்டா, இல்லையா சொல்லுங்க."

அப்பா, சில விநாடிகள் அமைதியாக இருந்தார். பிறகு நிமிர்ந்து அவளைப் பார்த்தபோது அவரின் விழிகள் துளிர்ந்திருந்தன!

"நீ சொன்ன ஒவ்வொரு வார்த்தையும் சத்தியம். நான் பெத்த பொண்ணு நீ. உங்கிட்ட உண்மை பேசறதுக்கு நான் வெக்கப்பட வேண்டியதில்லைம்மா."

"நீ சொன்ன எல்லா நினைப்பும் வந்திச்சு. அக்காவையும், மாப்பிள்ளையையும், பேத்தியையும் தள்ளி வெச்சது அதிகப் படியான கோபமோன்னு தோணிச்சு. அவங்களைஎல்லாம் ஒரு நடவை பாக்கணும்னு மனசு வங்குச்சி. ஆபரேஷன் முடிஞ்சி எல்லாம் சரியானதும் நீ சொன்னியே அதே மாதிரி மனசு கோபங்கற சட்டைய மறுபடி எடுத்துப் போட்டுக் கொச்சி."

"இனாதையல்லாம் ஜெயிக்கிறதுக்கு தாம ஞானிகள் இல்லையேம்மா. சாதாரண மனுஷங்கதானே? வெளிப்படையாவே சொல்றேன். இப்ப எல்லாத்தையும் மன்னிக்கத் தயாரா இருக்கு என் மனசு."

மகிழ்ச்சியில் சுணக்க கவங்க அப்பாவின் கைகளைப் பிடித்துக் கொண்ட ஆர்த்தி. "ரொம்ப சந்தோஷமா இருக்குப்பா. அக்கா, மாமா ரெண்டு பேரும் இப்பரொம்ப தொந்து போயிருக்காங்கப்பா. இப்ப அவங்களுக்கு உறவுகளோட பாதமும், சப்போர்ட்டும் தேவைப்பா."

"தங்க இப்பவும் வீம்பாவே பேசிடுங்கன்னோன்னு நினைச்சேன். உங்களைப் பார்க்க முடியாம அக்கா எவ்வளவு பரிதவிச்சிப் போனாத் தெரியுமா? நான் அவங்களைக் கூட்டிட்டு வர்றேன்ப்பா. உங்க ஆரீர்வாதம் அவங்களுக்கு முதல்லை வேணும்!" என்று சுணக்களைத் துடைத்துக் கொண்டு எழுந்தாள் ஆர்த்தி.

**பரிதவியத் தூக்கி** அவன் கன்னத்தில் முத்தமிட்டான் மகேசுவர். கைகளைக் கூட்டிக்கொண்டு வேறு திசையில் பார்த்துக் கொண்டு நின்றான் அர்ச்சுனா.

"அக்கா, போதும் உன் வீம்பு நாடகம். அவரு நிபந்தனையற்ற மன்னிப்புன்னு இறங்கி வந்துட்டாருல்லா நீ உக்ரானிக் கொம்புலயே உக்காந்திறுந்தா எப்படி?"

"பன்றிதெல்லாம் பண்ணிட்டுக் கடை சில வந்து மன்னிப்பு கேட்டா எப்படி மன்னிக்கிறதாம்?"

"அக்கா, மாமா நேத்து பரிச்சென்னு ஒரு வார்த்தை சொன்னாரு. எதிரியா இருந்த குணசேகராலேயே என்னை மன்னிக்க முடிஞ்சப்போ.. அர்ச்சுனாவாவ மன்னிக்க முடியாதா என்னன்னு கேட்டாரு."

"பேச்செல்லாம் வெல்லக் கூடியதா தான் இருக்கும். மறுபடியும் பழையபடி ஆரம்பிக்க மாட்டாருன்னு என்ன உத்தரவாதம்?"

"என்னக்கர இது? அவரு என்ன சொன்னா நீ நம்புவே? இல்ல என்ன செஞ்சா நம்புவே?"

"எதுவும் செய்ய வேணாம். எங்கிட்ட

ஆறு சதவிகிதம் உண்மை பேசச் சொல்லு. முடியுமா அவரால? முதல்வ குணசேகர் செட்டியம்மெண்ட்டா குடுத்த பத்து வட்சம் ரூபாய் எங்கே. அதை என்ன செஞ் சாருன்னு கேளு?"

"ஆர்த்தி, அவளுக்கு ஷேர் மார்க் செட்ன்வாலே வெறுப்பு. நான் சிக்கிரம் பணத்தைப் பல மடங்காக்கணும்னு ஷேர் மார்க்கெட்ல இன்வெஸ்ட் செஞ்சேன்.

"என் நேரம்... எல்லா ஷேரும் புட் டுக்கிச்சு. பத்து வட்சம் போட்டது ரெண்டு வட்சமாயிடுச்சு. அதான் சொல்வாம மறைச்சிட்டேன். இப்ப மறுபடி கொஞ்சம் ஏறி... ஆறு வட்சம் மதிப்புக்கு வந்திருக்கு. எல்லாத்தையும் வித்து பணத்தை பேங்க்ல போட்டுட்டேன்.

"இந்த ஆறு வட்சத்தை முதலீட் வெச்சிக்கிட்டு சின்னதா தொழில் துவங்கப் போறேன். மறுபடி ஜெயிப்பேன்ற நம் பிக்கை வந்திருக்கு. இந்த நேரத்துல முறுக்கிக்கிட்டு நிக்காம... எனக்கு சப்போர்ட்டா இருக்கச் சொன்னு ஆர்த்தி."

"இன்னும் என்ன உத்தரவாதம் வேணும் உனக்கு?" என்றான் ஆர்த்தி.

மனோகர் அருகில் வந்த அர்ச்சனா, "இந்த மனசு இப்படியே இருக்கணும். அது போதும்" என்றான்.

அவன் கண்களில் வழிந்த கண்ணீரைத் துடைத்தான் மனோகர்.

"இப்ப உங்க ரெண்டு பேருக்கும் ஓர் இன்ப அதிர்ச்சி தரப் போறேன். உங்க வீட்டுக்குப் போறதுக்கு முன்னாடி நேரா எங்க வீட்டுக்குப் போறோம். அங்க ஒரு தபுடலான விருத்து ரெடியாகிட்டிருக்கு."

"என்னடி சொல்றே? அப்பா.."

"அப்பாதான் என்னென்ன சலைக் கணும்னு மெனு போட்டது. அப்பா. உங்களை மன்னிச்சிட்டார். உங்களை ஆசீர்வாதம் பண்ணதுக்கு அட்சதையோட ரெடியா இருக்கார்.

எல்லாரோட அடிமன்கலையும் நல்ல குணங்கள் கண்டிப்பா இருக்குக்கூட. அதை மறைச்சிக்கிட்டு அது மென படிச்சிருக்கற அழுக்கைச் சரிலான சந்தர்ப்பத்துல கழு விட்டா... அந்த நல்ல குணங்கள் பளிச் கன்னு தெரியும். வாங்க போலாம்" என்றான் -ஆர்த்தி.

பரிதி "கெக்கெக்கே" என்று சிரித்தது.

முற்றும்

# தொடர்ச்சி

புதுச்சேரி கடலிலிருப்பிற விராட்சிலைதான் எங்க விராமம். என்னோட முதல் படத்தை (பாங்க) செட்டியம்மெண்ட்டா எங்க விராமத்துல எடுத்திருப்பேன். எங்க ஊரூல, அடைக்கலம் காத்த அம்பாள் கோயிலுல காவலரி மச்சம் பத்து நூள் சேந்ததாப்ல திருவிழா நடக்கும். ஒரே பாட்டு, கூத்து, கும்மாளம் திருக்கும். எல்லா சேந்தக்காரங்களும் ஒண்ணா சேருவாங்க. பங்காளி, மச்சான், மடப்பிள்ளைன்னு ஒவ்வொருத்தரும் உறவுமுறையை வெச்சப் பழ குறையை பார்க்கும்போது இந்த சந்தேகமும் எங்கியும் கிடைக்காதுன்னு தோணும். சொன்ன வந்தாலும், காவலரி மச்சத்துல மட்டும் எங்க ஊர் திருவிழாவுல 'டேய் மடப்பிள்ளை'ன்னு பாசையாவது கூப்பிட்டு அசல் விராமத்தாயா வலையை வற்றதைப் பார்க்கலாம்.

• இப்போது பார்வையாகி



# உடல் எடை குறைக்க சுகர் - மூலிகை சிகிச்சை

**உடல் எடை குறைக்க :** அதிகப்பணம் வீட்டில் இருந்தால் ஒரு மாதத்தில் 15 கிலோ வரை ! இங்கு தங்கியால் 12 - நாட்களில் 10 கிலோ வரை குறைகிறது. உடலில் உள்ள அழுக்குகள், தூசு வெளியேற்றுவதால் உடல் எடை குறைகிறது. அப்போது அசைர், பிரைர், முதுகவரை வலி, தலைவலி, மாதவிடாய் பிரச்சனைகள் போன்ற மற்ற நோய்களும் நிவர்த்தியாகும் இயற்கை மூலிகையில் பழக்கப்பாடு பெருமையுடன் குணமடிகின்றன.

**பலருக்கு ஒரே வாரத்தில் எடை குறைவது தனக்கு தெரியும்.** இரண்டாம் மாதத்திலிருந்து மேலும் மேலும் எடை குறைவதோடு உடல் அளவும் வேலையும் குறைந்து உடல் நலம் இறங்கும். பலரும் அழகும் அதிகரிக்கும்.

உயிர்நாள் கொடுப்பு, ஈரநாள் சதை போன்றவை தீங்குபடுத்தும் பெளத்தருக்கு உருத்திரிக்கும் வாய்ப்பு மிகவும் பிரச்சனையாகும். ஆக்களுக்கு தெரிக, பலம் திறன், உறுதி அதிகப்பணம் தனக்கு மேல்பட்டு முன்பு எப்போதும் இல்லாத அளவிற்கு தாம்பத்திய உறவு சிறப்பாகவும்.

உடலின் இயற்கையான இயக்கத்தில் மூலம் அழுக்குகள் வெளியேற்றப்படுவதால் எவ்வித சிகிச்சை/பக்க விளைவுகள் ஏற்படுவதில்லை. ஒரு மாத மருத்து ரூ.1100/- முதல் ஐந்து விருல்களில் கிடைக்கும். போனில் முகவரி தெரிவித்து விபி.சி மூலமாகவும் தேசியம் மருத்துவமனை பெறலாம்.

**உடல் :** உடல்நிலையைப் பொறுத்து திறமைய் பேருக்கு ஒரு மாதத்திற்குள் தாம்பத்தியமிடும் வாய்ப்புள்ளது. பின்பு உறுது மூலிகை மருத்துடன் எவ்வித உணவுமுறைமையில் வாழ்ந்தால் முடியும் பக்க/பின் விளைவுகளின்றி உணவு தனக்கு உருப்படுத்தலாம். புரான ஆரோக்கியத்தாகத் திரும்பப் பெறலாம்.

மருது மூலிகை மருத்துவத்தில் எந்த தொந்தரவுக்காக சிவியைப் பெறாந்லும் மொத்த உடல் ஆரோக்கியமே மேல்படும. பரி, இலகம் குழப்பமும். அசைர், கேண்டாயன் போன்றவை தீங்கும் முடி உதிர்வது, முகப்பருக்கள் குணமாகும். இரத்தம் கழிவதும், நோய் எதிர்ப்பு உயி அதிகரிக்கும். மேலும் தலைவலி, உடல் வலிமை. வயிற்றுக் கோளாறுகள் குழந்தைப்பின்மை உடல் உணவு சாப்பிட்டு உடம்பும் திறமையில் உள்வைக்கலில் எல்லா நோய்களுக்கும்.

Dr.M.முத்துக்குமார் B.Sc., D.N.Y.S., இயற்கை மருத்துவ இயைச்சு (பதிவு), ஸ்ரீ குருகுலம் பள்ளி எதிரில், மூலவாய்க்கால், கரப்பாபாளையம் (அஞ்சல்), கோழிசெட்டிபாளையம் - 635 453, ஈரோடு (தூண்டு) போன் : (04285) 240850 செல் : 90602 09393, 97912 42425 e-mail : natureclinic@gmail.com



- ஏராளமான ஒவிய ஆசிரியர்களை உருவாக்கிய ஒப்பற்ற கலைக்கூடம்.
- பலரும் வேலைவாய்ப்பைப் பெற்றுள்ளனர்.

விவரம்  
விவரம்

அஜந்தாவின்

சுப்பனாசின்  
உய்கமையும்த  
கவனத்தும்  
கொள்ளுங்கள்...

## ஒவிய ஆசிரியர் பயிற்சி

வீட்டில் இருந்துமே தயார் குலம் மயக்கலாம்.

கல்வித் தகுதி - SSLC, +2

ஆண்கள், பெண்கள் தனித்தனி வகுப்புகள்.  
தேர்வுகள் பரிந்துரை உண்டு.

உரும் நகம்பலில் தயார்நாடு அமைதி வகுப்பில்  
நுட்பத் தேர்வு Free Hand Drawing Higher Grade  
தேர்வு எழுதி நீங்கலும் ஒவிய ஆசிரியர் ஆகலாம்.

மேலும் விவரமுதல் உ.நகல் மூலாளியை ஒரு தயார் காசுமல் மூலத் அனுப்புகங்கள்  
அல்லது வதுவாணமேசியல் வதுவியுங்கள் அல்லது SMS அனுப்புகங்கள்  
விவரம் விவரம் பூத்தகம் உ.நகல் கருதேம வதும.

## AJANTHA SCHOOL OF ARTS

(Govt.Regd.)

No.6, Muthu Nagar, Poonamallee, Chennai - 56,

Ph: 044 - 26490363, Cell: 93810 50477, 99403 90708

வெற்றிவாய்  
23-ஆம்  
தயார்...



# மூலம் தந்த மூவாயிரம்

அவங்காரத்தில் மூழ்கி, அறிவு மங்கிய நிலையில் வாழ்வின்ற மக்களிடம்பால் அன்பு கொண்டு, அவர்களை வழி நடத்தவும், உய்விக்கவும் தம்முடைய சுய விருப்பத்தின் பேரில் பிறவியைப் பெற்றவர்களே சித்தர்கள். இவ்வரிசையில் தோன்றியவரே திருமூலர்.

கீழிலாப மனையில் சிவபெருமானின் அருள் பெற்று வாழ்த்து வந்த ரிஷிகளுள் ஒருவர் கந்தராவந்தர். அவர் தமது நண்பராவ அகத்தியனார் சந்திப்பதற்காக தென் திசை நோக்கிப் பயணம் மேற்கொண்டார். வழியில் கேதார்தாத், பகபதிதாத் (தேபாணம்), காசி, காஞ்சி ஆகிய தலங்களில் உறைகின்ற சிவ

பெருமானை வணங்கிவிட்டு, காவிரி ஆற்றங் கரையில் உள்ள சாத்தனூரை அடைந்தார்.

அந்த ஊரை ஒட்டிய பகுதியில் பசுக்களும், கன்றுகளும், எழுதுகளும் கூட்டமாய் நின்று வகுத்தத்துடன் ஒலியெழுப்பிக் கொண்டிருந்தன. அவற்றின் கண்களிலிருந்து நீர் வழிந்தது. அக்கூட்டத்தின் நடுவில் அவற்றை மேய்ப்பவனாவ, மூலன் என்னும் இன. யர் குலத்தவன் இறந்து கிடந்தான். வகுத்தமானாலும், சந்திரமாளாலும்,

● பேராசிரியர். கீ.ல.கோமதி



ஒலியெழுப்பியும் சந்  
தோஷத்துடன் ஆரவாரித்  
தன.

மூலம் உடலிலிருந்த  
கந்தராவந்தர் மாலையில்  
அவற்றை கிராமத்துக்கு  
ஒட்டிச் சென்று கொள்  
டரில் அடைந்தார்.  
மூலவரின் மனைவி  
அவரை மூலம் என்று  
நினைந்து விட்டுக் கு  
வரும்படி அழைத்தாள்.  
அவளை விட்டு ஒழங்கிந்  
தன் பயணத்தைத்  
தொடர்ந்தார் கந்தராவந்  
தர்.

மார்பொழிந்தில் தான்

மறைந்து வாய்நிறுத்த தன் உடலில்  
மீண்டும் புதுவதற்காக அங்குச் சென்றார்.  
ஆவான் அங்கே தன் உடலை அவரை  
காண்படியவில்லை. மனைவி நினைவைய  
அறிவதற்காக கந்தராவந்தர் திரிபுரத்தின்  
அமர்த்தார். சிவபெருமானே தன் உடலை  
மறைத்துவிட்டார் என்பதறியார். இடை  
யளவை மூலவரின் உடலில் தங்கி வாழ்  
வியல் தெரிகளை உவகத்துக்குத் தான்  
எடுத்துக் கூற வேண்டுமென்பதும் சிவபெரு  
மானின் உட்டளை என்பதை உணர்ந்து  
கொண்டார். மூலவரின் உடலிலேயே தங்கி  
அன்று முதல் நிருமலம் என்று அழைக்கப்  
பட்டார். பின்னர் நிருமலவடுகுளை எண்ணம்  
ஊரினை அடைத்து அங்கு ஒரு அரச  
மரத்தடியில் போக நினைப்பதில் அமர்ந்து,  
ஓர் ஆண்டிக்கு நான்கு வரிகள் கொண்ட  
ஒரு பாடலாக, மூலவரே: ஆண்டுகளுக்கு,  
மூலவரே: பாடல்களைத் தந்தார். இம்  
மூலவரே: பாடல்களில் தெரகுப்பே

தருமன்

சிந்தும் சுவையில்லாத சித்தராவ கந்தராவந்  
தர் அந்தக் காட்சியைக் கண்டு மனம்  
நெடுந்ந்து, பக்களில் சீது மிகுந்த இரக்கம்  
கொண்டார்.

கந்தராவந்தர் அடைந்துக்கள் மகவரப்  
பெற்றவரானால் பரகாயப் பிரவேசம் செய்  
தார். தன் உடலை அருகில் இருந்த மரப்  
பொந்து ஒன்றில் மறைத்து வைத்துவிட்டார்.  
தன்னுடைய தூய சரீரத்தை விட்டு வெளி  
யேழி மூலவரின் உடலில் பிரவேசித்தார்.  
இதனைக் கூறி விட்டு கூடு பாய்கிற நித்து  
என்பார்கள். உயிர் பெற்று எழுந்த மூலனைக்  
கண்டவுடன் பக்களில் மகிழ்ச்சியடைந்தன.  
அவனை நாலாவ் நக்கிக் கொடுத்தும்.

‘திருமந்திரம்’ என வழங்கப்பட்டது.

**வேறு** ஒரு வரலாறும் உண்டு. திருமூவர் ஆகாய மார்க்கடாக தென் திசை நோக்கி வந்து கொண்டிருக்கும்போது, வீரசேனன் என்னும் குறுநில மன்னர் இறந்துவிட்டதைக் கண்டார். இனம் பருவத்தில் அகால மரணமடைந்த அம்மன் னவரின் உடனைய பார்த்து, அந்தாட்டு மக்கள் துயரம்



**சித்தர்கள்**, அஷ்டாங்க யோகத்தின் கடைசி நிலை யான சமாதியின் இறுதியில் தங்கள் உருவத்தை விங்க வடிவமாக்கி, சூட்சுமமாக நிலை பெற்று இருப்பார்கள் என்பது உண்மை. இதுதான் சித்தர் சமதி. இவ்வகையான சமதி களை இந்தியா முழுமையிலும், குறிப்பாகத் தென் தமிழ்நாட்டில் விசேஷமாகக் காணலாம். இந்தச் சிவலிங்கங்களின் மேல் பிற்காலத்

பாது என்று முடிவு செய்து, திருமூவர், உடனே தன் அரச சரீரத்தை விட்டு அகன்று அந்தணனுடைய உடலுக்குள் புதுந்தார். பின்னர் சூரகிரி மலையின் மிக அடர்ந்த வனப்பகுதியில் கடும் தவம் மேற்கொண்டார்.

யோக ஞான மார்க்கங் களைத் தம் சீடர்களுக்கு உப தேசித்தார். அவை திருமூவர் பெயராலேயே வழங்கப்படு கின்றன. இது சூரகிரித்தல

தில் கோயில்கள் கட்டப்பட்டு, சுயம்புலிங்கம் என அறிவிக்கப் பட்டு அவை புகழ் பெற்றன. திருநெல்வேலியில் உள்ள நெல்லையப்பர் ஆலயம் இப் படித்தான் உருவானது. முன் காலத்தில் அடர்ந்த மூல்கில் னடாக இருந்த பகுதி அது. மூல்கில் மரங்களான வெட்டியாயினது. அரிவான் பட்டு, ஓரிடத்தில் இரத்தம் கசிந்தது. தோண்டிப் பார்க்கையில் அங்கே ஒரு சிவலிங்கம்

தராளமல் அழுது கொண்டிருந்தனர். அந்த மக்கள் வீது இரக்கம் கொண்ட திருமூவர், அம்மவ்வனின் உடலில் பரகாயப் பிரவேசம் செய்தார். பின்னர், பலகாலம் திருமூவ வீரசேனன் என்ற பெயரில் மன்னவனாக வாழ்ந்து, நாட்டை மிக நல்ல முறையில் ஆட்டு செய்தார். எனினும் அவருடைய மனம், அமைதி அடைவவில்லை. ஒரு நாள் இரவு அரண்மனையை விட்டுப் புறப்பட்டார்.

சூரகிரி மலைச் சாரலோரம் அவர் நடந்து வந்துகொண்டிருந்தபோது, அங்குள்ள அருவிக் கரையில் ஓர் அந்தணன் அசையாமல் சினை போல் உட்கார்ந்திருப்பதைக் கண்டார். அருகில் சென்று பார்த்தபோது, அவன் அப் போதுதான் இறந்து போனது தெரிய வந்தது. அவனுடைய உடல் சூடாக இருந்தது. அரச னுடைய உருவத்தை இனித் தொடர முடி

பாணத்தில் இருக்கும் திரு மூவரின் வரலாறு ஆகும்.

**திருமூவருக்கு** சீடர்கள் பலருண்டு. திரு மூவர் பரம்பரை என்று ஒன்றுண்டு. அவர் களுள் உரலாங்கிதாதர், கந்தமலைச் சித்தர், உருஜூரர் ஆகியோர் முக்கியமானவர்கள். திருமந்திரம், னாவத்திருமுறைகள் பன்விரண்டிலுள் பத்தாம் திருமுறைமாக வைக்கப்பட்டுள்ளது. ஆனால், மற்ற திரு முறைகளைப் போல, திருமந்திரப் பாடல்கள் உணர்ச்சி வாய்ப்பட்டு, பக்திப் பெருக்கால் மனத்தை உருக்கி, பரவசமடையச் செய்யும் பாடல்கள் அல்ல.

மனிதர்கள் வாழ்வில் பின்பற்ற வேண்டிய நன்வெறிகள், பண்புகள், யோகம்,



ஞாலம், மந்திரம், தந்திரம், எந்திரம், வைத்தியம் ஆகியவற்றைக் குறித்த மிக நுட்பமான செய்திகளைக் கொண்டவை. திருமந்திரப் பாடல்களின் சந்தையமும் இலிங்கமயம், சுருத்தாமுமும் படிக்கப் படிக்கத் திகட்டாதவை. திருவாவடுதுறையில் ஞானநிஷ்டையில் இருந்து, திருமூலர் முத்தியடைந்தார் என்று சொல்லப்படுகிறது.

திருமந்திரத்தில் சிதம்பரத்தைப் பற்றிய குறிப்புகள் காணப்படுகின்றன. அதனால் திருமூலர் சிதம்பரத்தில் இருந்தார் என்றும் நம்

**இருந்தது. அந்த சிவலிங்கத்தின் மேல், பிற்காலத்தில் கட்டப்பட்டு, சிவ பெருமானின் தாயிர சபையாக புழைந்து நெல்சையப்பர் ஆலயம். இன்றும் மூங்கில் மரமே கோயிலின் தலவிரூட்சம்.**

பப்படுகிறது. சிதம்பரத்தில் திருக்கோயிலில் திருமூலன் சன்னிதி என்று ஒரு சன்னிதியுண்டு. இது திருமூலர் லிங்க வடிவாய் அமர்ந்துள்ள இடமென்றும் கூறுவார்கள். இந்த லிங்க வடிவாய் சுயம்புவராகத் தோன்றியது என்று கூறப்படுகிறது. பிற்காலத்தில், திருமூலர் லிங்க வடிவமாய் எழுந்தருளிய இடம் என்பது மறைக்கப்பட்டு, சிவபெருமான் சுயம்புவராக வெளிப்பட்ட இடம் என்ற செய்தி நினைவத்து விட்டது.

திருமூலரின் வழித் தோன்றலும் அவரது சீடர்களில் பிரதான இடம் பெறுபவருமான கருவூர் சித்தர் அமைத்தது சிதம்பரம் திருக்

கோயிலாகும். இக் கோயிலைப் பற்றி ஒரு தனி ஆராய்ச்சியே செய்யலாம். எம்பெருமானின் கனகசபையல்லவா? அவ்வளவு இரகசியங்களும், நுட்பங்களும் அக்கோயிலில் உள்ளன.

**சித்தர்கள் கூறிய மணித உடல் தத்துவத்தை அடிப்படையாக வைத்து திவ்வை திருக்கோயில் அமைந்துள்ளது. இது மிகவும் வியப்புக்குரிய விஷயம். மணிதன் ஒரு நாளைக்கு சராசரியாக 21600 தடவை கவாசிக் கிறான், கனகசபையில் பேசும் 21000 தங்க**

**ஒடுகள் வைக்கப்பட்டுள்ளன. மணித உடலில் 72000 நாடிகள் உள்**

**யான, தங்க ஒடுகளை**

**இணைப்பதற்காக**

**உபயோகப்படுத்தப்**

**பட்டுள்ள ஆணி**

**களில் எண்**

**ஸரிகளை 72000.**

**கனகசபையின்**

**முன்னால் உள்ள**

**ஐந்து பாடகரும்**

**மஞ்சூதங்களைக்**

**குறிப்பாவை. அங்கே**

**அமைந்துள்ள 96**

**வெள்ளிப் பலகணி**

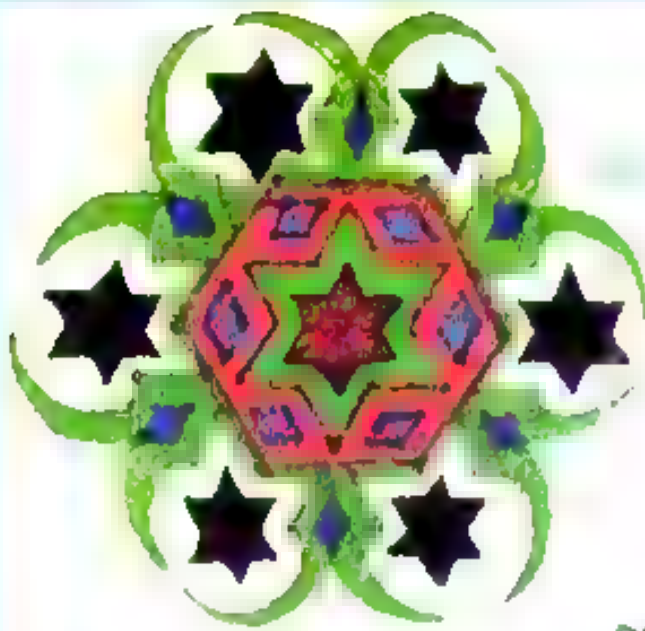
**கள், மணிதனுடைய 96**

**உடல் தத்துவங்களின் அடை**

**யரையாகும்.**

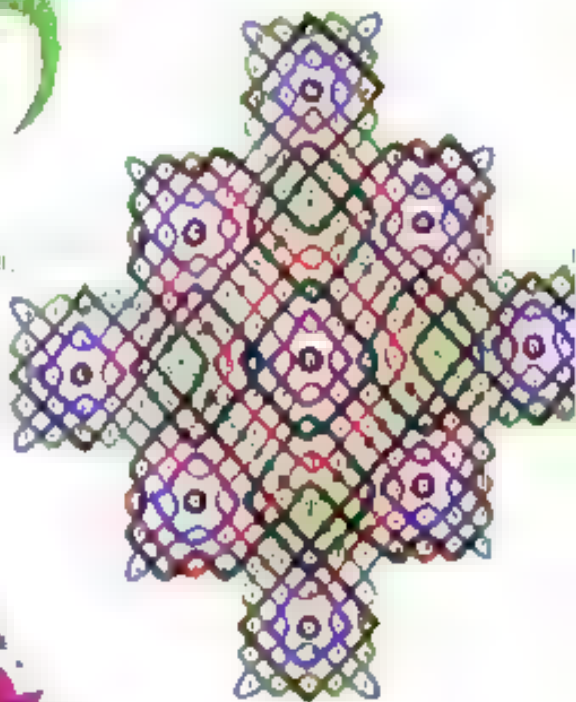
மணித உடலில் இதயம் இடது பக்கமாக இருப்பதுபோல நடமாடும் சந்திரி என்று இரது புறமாக அமைந்துள்ளது. இக் கோயிலில் உள்ள ஐந்து சபைகளும், மணித உடலின் ஐந்து போர்வைகளாக, பிராணமய கோசம், ஆனந்தமயகோசம், விஞ்ஞானமய கோசம், மனோமயகோசம், அன்னமயகோசம் என்றே அமைந்துள்ளன. சித்தர்களால் உருவாக்கம் பெற்றதே கனகசபை என்பது மறுக்க முடியாத உண்மை. இன்னும் திவ்வை திருக்கோயிலின் நுட்பங்கள் ஆராய்ச்சிக்கு உரியன.

**(சித்தர் தெறி தொடரும்...)**



17 - 9 வரை இடைப்புள்ளி,  
ராஜலக்ஷ்மி,  
செதந்திராபாத்.

21 புள்ளி 5 வரிசை, 13 புள்ளி 4 வரிசை,  
5 புள்ளி 4 வரிசை - நேர்புள்ளி  
லதா சுந்தரராஜன்,  
கல்பாக்கம்.



21 - 11 வரை இடைப்புள்ளி  
அ. அனிதா,  
அகஸ்தீஸ்வரம்.

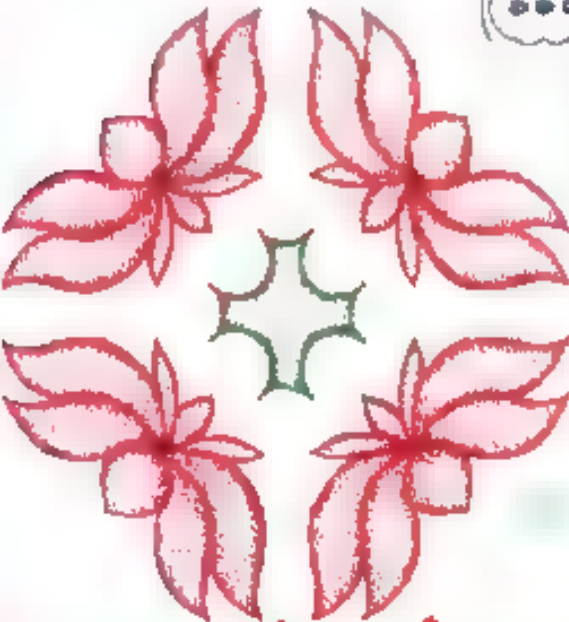
**வண்ணக்**



**சிராமியச் சிறப்பெதழ்**

13 - 7 வரை (இடைப் புள்ளி)  
ரம்யா சங்கர், திருச்சி,

21 புள்ளி 5 வரிசை, 13 புள்ளி 4 வரிசை,  
5 புள்ளி 4 வரிசை - நேர்புள்ளி  
எச்.சத்யவதி,  
அரக்கோணம்.



12 புள்ளி 12 வரிசை (நேர்புள்ளி)  
4-ல் நிறுத்தவும்.  
பா.மாலாவதி,  
பட்டுக்கோட்டை

**கோலங்கள்!**

மார்ச்சு மலர் ஜூலை 2009

**வாசல் அழகு**



தேவையான பொருட்கள்

வடிவமான கொட்டாங்  
குச்சிகள், எம்.சீல், ஃபேப்ரிக்  
கலர்ஸ், 3 டி கலர்ஸ், பாட்டில்  
மூடி, உப்புத்தாள், பிரஷ், கத்தி,  
கத்தரிக்கோல்.

### அலங்கரிக்க

கண்ணாடித் துண்டுகள்,  
செயற்கைப் பூக்கள் சிறிது

#### செய்முறை:

வடிவமான மூன்று கொட்டாங்குச்சி  
களை எடுத்துக்கொண்டு, அதன் பின்  
புறத்தில் உப்புத்தாள் வைத்து வழவழப்  
பாக ஆகும் வரை நன்றாகத் தேயுங்கள்.

எம்சீலை நன்றாகக் கலந்துக்  
கொண்டு சிறு கோலி போல் உருட்டித்  
தட்டையாக்கி, ஒரு கொட்டாங்குச்சியின்  
பின்புறத்தில் வைத்து மற்றொரு கொட்  
டாங்குச்சியின் பின்புறத்தோடு  
இணைத்து, சிறிது நேரம் காயவிடுங்  
கள். பிறகு, மூன்றாவது கொட்டாங்குச்சி  
யைப் (படம்-4) படத்தில் காட்டியபடி  
இணையுங்கள்.

எம்சீலை வைத்து தேவைக்கேற்ப  
சிறு கோலிகளாக உருட்டி ஒவ்வொன்  
னையும் தட்டையாக்கிக் கொள்ளுங்கள்.  
அவற்றை, கத்தி வைத்து இலை போல  
கோடு போட்டும், பூக்களின் இதழ்  
போல கத்தரித்து பூக்களாகவும் செய்து  
(படம்-5,6,7) படங்களில் காட்டியபடி

1



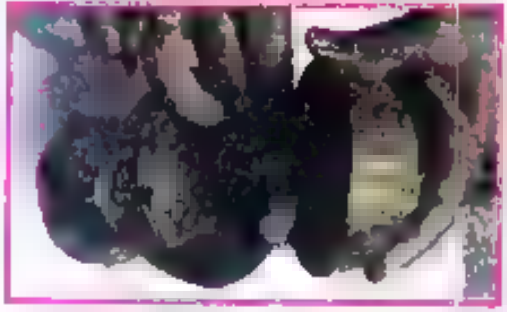
2



3



4



5







6



7



# சூட்டிய பார்த்துருண் கொட்டாங்குச்சி!

8



கொட்டாங்குச்சியின் மேல் ஒட்டி  
விடுங்கள்.

அடுத்து எம்சீலில் பறவை செய்ய  
வேண்டும். பெரிய கோலி அளவு  
எம்சீலை உருட்டி, அதிலேயே சிறு  
பருதியைத் தலை போலாக் கொள்  
ளவும். இலைபோல் செய்து இருபறமும்

9



10



→ ஒட்டிவிட பறவைக்கு இறக்கை தயார்! பின் கத்தி வைத்து கண், மூக்கு என கோடு போட்டு கொள்ளுங்கள். இதுபோல் இரண்டு பறவைகள் செய்து சீபேப்ரிக் மஞ்சள் நிறத்தை அடித்து விடுங்கள்.

கொட்டாங்குச்சியின் நிறம் தெரியாதபடி வெள்ளை நிறமும், இலைகளுக்குப்



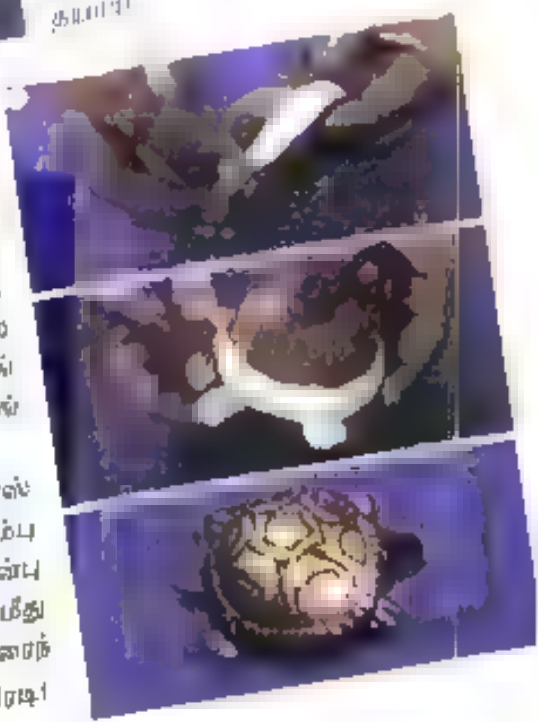
### பூக்கிண்ணம்

கொட்டாங்குச்சியை உப்புத்தாளின் உதவியுடன் வழுவழப்பாக்கவும். படத்தில் காட்டியபடி பாட்டில் மூடி எடுத்து கீழே வரும்படி எம்.சீல் எனந்து இணையுங்கள். கொட்டாங்குச்சியின் நிறம், தெரியாதபடி கற்பனைக்கற்றவாறு வர்ணம் பூசவும். பின் ஆங்காங்கே 3-4 நிறம் அடித்து, கொட்டாங்குச்சியின் மேற்புறத்தில் செயற்கைக் கற்களை ஒட்டி விடுங்கள். அழகிய பூக்கிண்ணம் தயார்!

### ஆமை

தட்டையான கொட்டாங்குச்சியை வழுவழப்பாக்கி, எம்.சீலைக் கொட்டாங்குச்சியின் விளிம்பில் ஒட்டி விடுங்கள். எம்.சீலைப் பிசைந்து, ஆமையின் கை, கால், தலை போன்ற வடிவத்தைச் செய்து தகுந்த இடங்களில் இடைவெளிவிட்டு ஒட்டிவிடுங்கள்.

ஒடு பகுதிக்கு மெட்டாலிக் பிரான்ஸ் நிறமும், தலை, கால் பகுதிக்கு செம்பு நிறத்தையும் அடித்து விடுங்கள். பின்பு ஆமையின் மேற்புற ஒட்டின் மீது வட்டங்கள் போன்று பிசைனை வரைந்துக்கொள்ளுங்கள். அசல் ஆமை ரெடி!



பச்சைப் பூக்களுக்கு சிவப்பு என்னும் வர்ணமிடுங்கள். (திறமிடும்போது பொறுமையுடன் அடித்தால் ஒரு வர்ணம் மற்றொன்றில் படாது பார்க்க அழகாக இருக்கும்) நன்கு காய்ந்ததும் தேங்காய் நாரை உதிரியாக்கி அந்தக் குழியில் போட்டு அதன் மேல் பறவைகளை நிற்க வைத்தால் அழகான 'சிப்பி வீடு' தயார்.

### மூங்கில் கூடை

சற்றே ஆழமான கொட்டாங் குச்சியை வழுவழப்பாக்கி, பாட்டில் மூடியை, அடியில் இணைத்துக் கொள்ளுங்கள். எம்சிலைக் கயிறு மாதிரி முறுக்கி மாவையாக்கி அதன் இரு முனையையும் கொட்டாங் குச்சியுடன் இணைத்திடுங்கள். தேவையான நிறமிட்டு, செயற்கைப் பூக்களை அவங்காரமாக அடுக்கி வைத்தால் மூங்கில் பூக்கூடை தயார்!

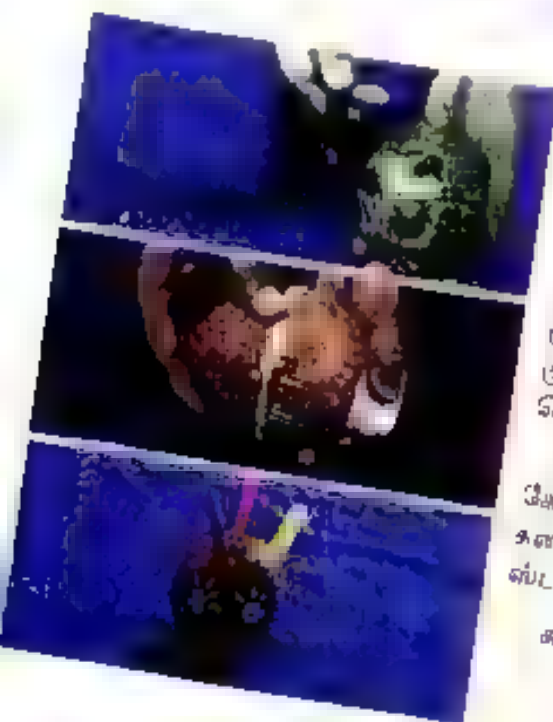


### பென் ஸ்டான்ட்

இரண்டு கொட்டாங்குச்சிகளை வழுவழப்பாக்கி, ஒன்றோடொன்று இணை யுங்கள். இப்போது வட்டவடிவம் கிடைக்கும். எம்சில் வைத்து பாட்டில் மூடியை இணைத்து கொட்டாங் குச்சியிலுள்ள மூன்று துளைகளைப் பெரியதாக்கி கொள்ளுங்கள்.

பிறகு, உங்களின் கற்பனைத்திறனுக் கேற்ப நிறமிட்டு, கண்ணாடித் துண்டு களை ஒட்டினால் அழகான பென் ஸ்டான்ட் ரெடி!

கலை, படங்கள்: துளசி கண்ணன்,  
மதுரை



# கா

ல்சட்டை பை நிறைய கோலிக்  
காய்கள்; ஜெயித்த சந்தோசத்  
துடன் வேகமாய் வீட்டுக்கு நடந்து கொண்டி  
ருந்தேன். கோலிக்காய்கள் ஒன்றுடன்  
ஒன்று உரகம்போது ஏற்படும் சத்தம்  
சந்தோசம் தருவதாய் இருந்தது. வீட்டை  
நெருங்கும்போதுதான் வேதக்கோலில்  
மணிச்சத்தம் ஆறுமுறை கேட்டது. ஆறு  
மணி தாண்டிய பின் வீட்  
டுக்குள் நுழைந்  
தால் அப்பா அடி

பின்னிவிடுவார். அடிவாங்கு  
வது எனக்கு பழக்கமானது  
தான். ஆனாலும் வலிக்குமே!

வேகமாக லட்கமி அக்காள் வீட்டுக்கு  
ஒடிவேன். எங்கள் சீட்டின் பின்புறம்தான்  
அவர் வீடிருக்கிறது. அவர் வீட்டு  
வேலியைத் தாண்டிக் குதித்தால், எங்கள்  
வீடு. அதன்பின் மெதுவாய் புறவாசல்  
வழியாய் உள்ளே நுழைந்துவிடலாம்.  
மாட்டுக்கு புண்ணாக்குத் தண்ணீர் வைத்  
துக்கொண்டிருந்த லட்கமி அக்கா-  
என்னைப் பார்த்தவுடன் சத்தம்  
போட்டு சுத்த ஆரம்பித்தார்.  
"ஏவேய் பாண்டி! நெத  
மும் என் வீட்டு வேலிய  
பிரிக்கப் பிரிக்க திருட்டுத்  
தனமா வீட்டுக்குப்  
போறியே. ஒரு நாளாவது  
வெளக்கு வைக்கிறதுக்கு  
முன்னால வீட்டுக்குப்  
போயிருக்கியா? அப்படி



● சிறுகதை

# வாஸ



என்னதான் வெளையாட்டோ! உங்கப்பன்கிட்ட சொல்லி உன் காலை ஒடைக்க..." அவர் முடிப்பதற்குள் நான் என் வீட்டுத் திண்ணையில் ஏழாம் வகுப்பு கணக்குப் புத்தகத் துடன் உட்கார்ந்திருந்தேன்.

திண்ணைக்குப் பக்கத்தில் வேப்ப மரத்தடியில் கட்டி யிருந்த ஜானி, என்னைக் கண்டதும் வாலாட்டியது. ஜானி, நான் வளர்க்கும் தாட்டு நாயின் பெயர் (நாட்டு நாய்குட்டிபோல் தெருவில் சடை நாய்க் குட்டி கிடைப்பதில்லையே ஏன்?) கணக்குப் புத்தகத்தையும் ஜானி யையும் பார்த்த என்னால் சிரிப்பை அடக்க முடிய வில்லை. எல்லாம் ஜானியின் பெயரில் வந்த சிரிப்புதான்.

கணக்கில் எப்பொழுதும் பத்து மார்க்கைத் தாண்டிய தில்லை என்பதால் எங்கள் கணக்கு வாத்தியார், வலிக்க வலிக்க பிரம்பால் என் பின் புறத்தில் அடிப்பார். அவர் பெயரும் ஜானிதான். அவரைச் சங்கலியால் கட்ட முடிய வில்லை என்கிற ஏக்கத்தில் தான் அந்த நாய்க்குட்டிக்கு 'ஜானி' என்று பெயர் வைத் தேன்.

'குக்க குக்க' வீட்டுக்கு வெளியிலிருந்து சத்தம் கேட் டதில் திடுக்கிட்டேன். இது எப்

களது சங்கேத சத்தம். என் நண்பர்கள் கார்த்தி, மைக்கேல் மற்றும் டேவிட்டுக்கு மட்டுமே தெரிந்த சத்தம். இந்த நேரத்தில் எதற்குக் கூப்பிடுகிறார் கள் என்று நினைத்துக் கொண்டே மெள்ள படலையை விலக்கிக்

கொண்டு வெளியே வந்து பார்த்தேன். கார்த்தியும் டேவிட்டும் என்னைப் பார்த்தவுடன் ஒடிவந்தார்கள்.

"பாண்டி, நம்ம கார்பஸண்ட்காரர் வீட்டு பூவரச மரத்துவ அணில்கூடு ஒண்ணு இருந்துச்சுல்ல? அதுவ இருந்து அணிவகுட்டி சுத்துற சத்தம் கேக்குது. நீதான் வந்து எடுக்கணும். மூணு குட்டி இருந்தா ஆளுக்கு ஒண்ணொண்ணா எடுத்துட்டு போயி வளர்க்கலாம். சிக்கிரம் வாயேன்" கண்கள் மின்ன சொன்னான் கார்த்தி.

மரம் ஏறுவதில் நான் கில்லாடி என்பதால் என்னைத் தேடி வந்திருந்தார்கள். "நமக்கு நானளக்கு முழுப் பரீட்சை இருக்கே, அணில் பிடிக்கப் போனா எங்க அப்பா வைவாருடா" வீட்டு வாசலைப் பார்த்த படியே பதில் சொன்னேன்.

"பரீட்சை எழுதறதுக்கு முன்னாலேயே மார்க்கு தெரியுற ஒரே ஆளு நீதாம்ல; எப்படியும் பத்துக்கு மேல எடுக்கப் போறதில்ல. அப்புறம் என்ன?" நக்கலாய்ச் சிரித்தான் டேவிட்.

"மொகறக்கட்டையைப் பேத்துப்படுவேன். முழுப் பரீட்சையில் பெயிலாணா அப்புறம் எட்டாப்புக்கு எப்படிப் போறது?" உணக்கென்ன, உங்க அய்யா கடை வச்சிருக்காரு. போயி பொட்டுக்கடல மடிக்கப் போயிருவ. எனக்குதான் பிரச்சனை; அரையாண்டில பெயிலாணதுக்கே எங்கப்பா மூணு நாளு கல் உப்புல முழங்கால் போட வெச்சுட்டாரு. முழுப் பரீட்சை



**கிராமியச் சிறப்பிதழ்**

# பாண்டி சரித்திரம்!

யிலையும் பெயிலான முதுகுத் தோலை உரிச்சுப்படுவேன்னு சொல்லியிருக்காரு. நான் வரலை, ஆளவிடுங்க" சொல்லி விட்டு வீட்டுத் திண்ணையில் வந்து உட்கார்ந்து கொண்டேன்.

மீண்டும் பத்து நிமிடத்துக்கு 'ருக்க' கேட்டுக்கொண்டிருந்தது. அதன்பின் வேப் பங்கொட்டையைத் திண்ணை தோக்கி எறிந்துவிட்டு போய்விட்டார்கள். அப்பா, எங்கேயோ கிளம்பிக்கொண்டிருந்தார். செருப்பை மாட்டியவர் என்னைப் பார்த்துக்கொண்டே அம்மாவிடம் கேட்டார். "இவனைப் படிக்க வைக்கிறதுக்கு பதில் நாலு ஏருமை வாங்கி மேய்க்க அணுப்பலாம். முழியைப் பாரு. திருட்டுப்பயி காடை வாங்கிட்டு வரச் சொன்னதுக்கு காக்கா வாங்குன பயநான இவன்?" அம்மா ஏதோ சொல்லி சமாதானப்படுத்தியபின் முணுமுணுத்துக்கொண்டே வெளியில் போனார் அப்பா.

அப்பாவுக்குக் காடைக்கறி என்றால் கொள்ளை இஷ்டம். ஒருமுறை காடை வாங்க இருபது ரூபாய்த்தானைத் தந்தார். அப்பொழுதுதான் முதல்முதலாய் இருபது ரூபாய் தோட்டைப் பார்த்தேன். சரி எதற்கு அதை விணாக்க வேண்டுமென்று கவுட்டையை எடுத்துக்கொண்டு இரண்டு காக்காய்களைத் தெறித்துவிட்டேன். யாருக்கும் தெரியாமல் கழுத்தைத் திருகி எறிந்து விட்டு, தோளைய உரித்து அம்மாவிடம்

கொடுத்தேன். இன்னைக்குத் தான் காடைக்கறி அம்சமா இருக்கு" என்ற படியே அப்பாவும் ஒரு பிடிபிடித்து விட்டார்.

காக்காவின் உரித்த சிறகுகளை வீட்டுக்குப் பின்புறம் கொய்யா மரத்தடியில் புதைத்திருத்தேன். என் வீட்டுச் சனியன் புகக்குட்டி (பூளா) அதைத் தோண்டி வெளியில் எடுத்து என்னைக் காட்டிக்கொடுத்துவிட்டது.

கைலிலிருந்த கணக்குப் புத்தகம் காற்றில் படபடத்தபோது, "என்னை மடியில் வைத்துக்கொண்டு ஏதேதோ நினைக்கிறாயே" என்று சொல்வது போலிருந்தது. அதற்கு மேல் படிக்க விரும்பாமில்லை. தண்பாக்கிடம் வரமாட்டேன் என்று கொள்ளாலும் மலை முழுக்க அணில்குட்டியை நினைத்துக்கொண்டே இருந்தது.

புத்தகத்தை மூடி அழிக்கம்பி வழியாக வீட்டுக்குள் வைத்துவிட்டு ஒரே படாமல் எழுந்து வெளியே வந்தேன். ஒரே ஓட்டமாக காம்பவுண்ட்காரர் வீட்டுக்கு வந்து விட்டேன். கார்த்தியும் டேலிட்டும் என்னைப் பார்த்தவுடன் சந்தோஷமாக ஓடி வந்தனர்.

"பாண்டி, நீ வருவன்னு தெரியும்டா! அதான் இங்கேயே நிக்கிறோம். சிக்கிரமா மரத்துமேல ஏறு. காம்பவுண்ட்காரர் வீட்ல இல்லை. பஜாரூல நின்னு பேசிக்கிட்டு இருக்காரு. வெரலா ஏறு" என்று சொல்லி

## தெத்தியடி

பெரிய காட்கிரங்களைக் கூட கிராமங்களில் இரண்டே வரிகளில் கருக்கமாகக் கூறிவிடுகின்றனர்.

"தொட்டாய் சிறையை

தொட்டாய் சிறையை" என்று இராமாயணத்தையும்

"பாஞ்சாலியின் சேனை உரித்தாய்

பஞ்சப் பஞ்சாய்ப் போனான் துரியோதனன்"

என்று மகாபாரதத்தையும் சொல்கிறார்கள்.

- எம்.முரளி, சேலை -1

கருவேப்பிலை, புதினா, மல்லி போன்ற வற்றை :-பிரிஜில் வைப்பதைவிட, ஓர் அழகிய பூக்கடியில் தண்ணீருடன் சிறிது சர்க்கரை கலந்து, அவற்றின் காய்புகள் தண்ணீரைத் தொடுமாறு வைத்தால் ஒரு வாரம் :-பிரெஷ் ஷாக இருக்கும். அடுக்களைக்கும் ஒரு புது தோற்றத்தைக் கொடுக்கும்.

- நாரிதரா ஹஃபீஸ், கீழ்க்கரை



விட்டு குளிந்து நிற்குகொண்டான் கார்த்தி. அவன் முதுகில் ஏறி கவற்றுக்குத் தாலி வேன். "விறு விறு" என்று பூவரச மரத்தில் ஏறி அணில் கூட்டைப் பிரித்தேன். கண் திறக்காத இரண்டு குட்டிகள் என் கை பட்டதும் "கீச் கீச்" என்று சத்தம்போட ஆரம்பித்தன. மரத்திலிருந்து இறங்கும் போது இரண்டு பூவரச இலைகளைப் பறித்துக்கொண்டு கவற்றில் கால்வைத்து தரைக்கு வந்தேன்.

"குப்பருடா பாண்டி! இரண்டு குட்டி தான் இருக்கு இப்ப என்ன செய்ய?" மெதுவாய்க் காதோரம் கிககிசத்தான் கார்த்தி. அணில் குட்டிகளை ஆளையுடன் பார்த்துக்கொண்டிருந்தான் டேவிட். கால் சட்டைக்குள் பறித்துவைத்திருந்த பூவரச இலையை எடுத்து இரண்டு பீப்பி செய்து டேவிட்டின் கைகளில் கொடுத்தேன்.

"எலைய் டேவிட்டு! நக்கலா வுடுற நக்கலு? ஒவக்கு அணில் குட்டியும் கெடயாது. ஒண்ணுங்கெடயாது. இந்தா இந்த பீப்பியை ஊதிக்கிட்டே ஒடிரு" அவன் கைகளிலிருந்த அணில்கூட்டைப் பறித்துக் கொண்டு நடந்தோம் நானும் கார்த்தியும்.

"அணில்குட்டி இருக்குன்னு சத்தம் கேட்டு சொன்னவன் நாத்தான். எனக்கு ஒரு குட்டி நாங்கடா" கொஞ்சநேரம் கெஞ்சிவிட்டு கிடைக்காததால் வழக்கம் போல் கெட்டவார்த்தையால் திட்டிவிட்டு "எழுதி வச்சக்கல, நீ பெயிலுதான்" என்று சாபம் தந்துவிட்டு போய்விட்டான்

டேவிட்.

"குட்டிக்கு நீ என்ன பேருவ வைக்க போற?" வரும் வழியில் கேட்டான் கார்த்தி.

"ராமருக்கு உதவி செஞ்ச நல்ல பிராணியில்ல, அதனால நல்ல பேராதான் வைக்கணும். மாம்... பாண்டிவ்லு வச்சுற மாமா? ஏன்லா உலகத்துலேயே நல்லவன் பாண்டி ஒருத்தன் தான். என்ன சொல்ற?" சிரித்துக்கொண்டே கேட்டேன்.

"என் குட்டியைக் கொடு" என்றவன் என்னிடமிருந்து ஒரு குட்டியை எடுத்துக் கொண்டு கொஞ்சம் தூரம் சென்றான். பின் திரும்பி "எலைய் பாண்டி! ராமருக்கு அதி கமா உதவி செஞ்சு குரங்குதான். அப்போ நீ குரங்குதானா?" "ஹா ஹா" பழிப்புக் காட்டிவிட்டு ஒடியே போய்விட்டான்.

உலகிலேயே எனக்குப் பிடிக்காத ஒரே விவங்கு குரங்குதான். அதற்கும் காரணமிருக்கிறது. எங்கள் பள்ளியில் எல்லோரும் பயந்து நடுங்கும் ஒரே வாத்தியார் எங்கள் பி.டி. வாத்தியார் ராமர்தான்.

காணலயில் நீண்ட செங்கோட்டை பிரம்புடன் வலம் வருவார். அமைதியாகப் படிக்காமல் யாராவது பேசிக் கொண்டிருந்தால் வகுப்புக்கு வெளியே அழைத்துச் சுவரைப் பிடித்துக் கொள்ள சொல்வார். ஆறாம் வகுப்பு சேர்ந்த புதிதில் ஒரு நாள் வசமாகச் சிக்கிக்கொண்டேன் நான்.

"ஸ்டடி அவர்ல படிக்காம பேசிக் கிட்டா இருக்க? இங்க வந்து கவத்தைப்

பிடிவ" பிரம்பை உருட்டியபடியே கேட்டார்.

எதற்காக கவரைப் பிடிக்க வேண்டும் என்று அப்போது எனக்குத் தெரியாது. வெறும் கவரிலேயே 'விறுவிறு' என்று ஏறும் சிங்கம் நான் என்று நினைத்துக் கொண்டே கவரைப் பிடித்து நின்றேன். 'மடார்.. மடார்' என்று சத்தம் வர வர என் பின்புறத்தில் அடி பின்னி எடுத்து விட்டார். வலி உயிர்போனது. கண்விரட்டன் என் இடத்தில் வந்து உட்கார்ந்தேன். வகுப்பு மொத்தமும் சிரித்துக்கொண்டிருந்தது. இரக்கமே இல்லாத மனசுடன் அவர் அடித்ததால் அவருக்கு 'கல்ராமர்' என்று பெயர் வைத்துவிட்டேன்.

அந்தப் பெயர் காட்டுத்தீ போல் எங்கள் பள்ளி முழுவதும் பரவிவிட்டது. நான் தான் பெயர் வைத்தேன் என்பதை எப்படியோ தெரிந்துகொண்டவர் அஸெம்பளி நடந்து முடிந்தவுடன் மைக்கில் என்னைக் கூப்பிட்டார். எவக்கு அடிவயிறு கலங்க ஆரம்பித்தது. குளிந்து கொண்டே அவர் முன்னால் போய் நின்றேன். மொத்த பள்ளியும் என்னைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தது.

"மாணவர்களே, ராமருக்குக் கல்வை

எடுத்து பாலம் கட்ட உதவிய விலங்கின் பெயர் என்ன?" மைக்கில் கேட்டார் கல்ராமர். மொத்த பள்ளியும் "குரங்கு" என்றது. இப்படித்தான் பால்பாண்டியாக வீரநடை போட்ட என் பெயர், வால் பாண்டியாக மாறிப்போனது. அன்றிலிருந்து குரங்கைத் தவிர எல்லா விலங்கையும் நேசிக்க ஆரம்பித்தேன்.

வீட்டுக்குள் நுழைந்து மாட்டுக்காடியில் கிடந்த நாற்பெட்டியில் அணிவகுட்டியை வைத்து மூடிவிட்டு திண்ணைக்கு வந்து உட்கார்ந்துகொண்டேன்.

பரீட்சை முடிவு வெளியான அன்று என் துணிகளை எடுத்து பெட்டியில் அடுக்கிக் கொண்டிருந்தான் அம்மா. வீட்டு முற்றத்தில் குறுக்கும் நெடுக்குமாக நடந்து கொண்டிருந்தார் அப்பா. அம்மாவின் கண்கள் கலங்கியிருந்தன. தூணுக்குப் பின் தலை குனிந்து நின்றிருந்தேன் நான்.

"எத்தனை நடவ சொல்லி இருப்பேன் படி படின்னு... எப்பப் பார்த்தாலும் நாயி அணிலு, குருவின்னு கவுட்டையை எடுத்துக்கிட்டு அலையவேண்டியது. ஒரு நாளாவது உப்புள்ளைய படிச்சுப் பார்த்திருக்கியா? இனி இந்த ஊர் ஸ்கூலும் சரிப்படாது; இந்த ஊரும் சரிப்படாது. பேசாம தட்டப் பாறையில் கொண்டு போயி போர்டிங்ல சேத்துர வேண்டியதுதான். அப்பதான் இவனுக் கெல்லாம் புத்தி வரும்" அம்மாவிடம் பெட்டியை வாங்கிக்கொண்டு என் கைகளைப் பிடித்து 'தரதர' என்று இழுத்துக்கொண்டு வாசல் நோக்கி நடக்க ஆரம்பித்தார் அப்பா.

அந்த டேவிட் பய சரபம் கொடுத்ததால் தான் பெயிலாகிட்டேன்னு அப்பாகிட்ட சொல்ல நெனச்சேன். ஆனா இந்த பால் பாண்டியோட பெருமை, புது ஸ்கூலுக்கும் புது ஊருக்கும் தெரியணுங்கற ஆசையில எதுவும் சொல்லாம கால்கட்டைக்குள்ள வச்சிருந்த கடலை உருண்டையை எடுத்துக் கடிச்சுக்கிட்டே வீரன் மாதிர் நடக்க ஆரம்பிச்சேன்.

கிருஷ்ணகிரி மாவட்டம் ஊத்தங்கரைக்கு அருகேயுள்ள ஓர் ஊரின் பெயர் 'காட்டேரி'. பெயரைக் கேட்டதும் பயந்து டாத்தங்க! மத்திய அரசின் சிறந்த ஊராட்சிகளை 'நிரமல் புரஸ்கார்' விருதினை இந்த ஊராட்சி பெற்றுள்ளது!

— எஸ்.மோஹனகந்தரி, கிருஷ்ணகிரி







'லெப்டோ ஸ்பைரானிஸ்' என்ற ஜூரம் மாதக் கணக்கில் எந்த மருந்துக்கும் அசையாமல் என்னை வாட்டியது. திசுரென்று ஒரு நாள் மூச்சு விட முடியாமல் திணறினேன். சி.டி. பரிசோதனையில் என் நுரையீரல் பாதிக்கப்படத் தொடங்கியிருப்பது தெரிந்தது. எனக்கு வந்திருந்த ஸ்கீரோ டெர்மா என்ற நோய் என் உள்ஒலிப்புகளைத் தாக்கத் தொடங்கியது.

என் கணவருக்கு, இது எதிர்பார்த்த அறிகுறியாக இருந்தாலும் எனக்கு பெரிய அதிர்ச்சியாக இருந்தது. அதுவும் எப்போது தெரியுமா, திரைப்படங்களில் மருத்துவமனைக் காட்சிகளில் மட்டுமே பார்த்திருந்த ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர் வீட்டுக்கே வந்து இறங்கிய போதுதான்! பெரிய சிலிண்டர், முகத்தில் எரிச்சலூட்டும் மாஸ்க், சிலிண்டரைத் திறப்பதற்கு தயார் நிலையில் ஒரு பலசாலி! (இப்போதாவது இதற்கு நவீன சாதனம் வைத்திருக்கிறேன்.) அந்த மாஸ்க் என் முகத்தில் அமர்ந்து கொண்டு, மூக்கிலும் கன்னத்திலும் எரிச்சலையும் புண்களையும் ஏற்படுத்தும்.

ஒரு மணி நேரத்துக்குத் தொடர்ந்து

அதை வைத்துக் கொண்டால், 'ஐயோ! இது வேண்டாமே' என்று பிடுங்கி எறிவேன். அடுத்த பத்து நிமிடத்தில் மீண்டும் மூச்சுத் திணறல் ஏற்படும். மூச்சே விடவேண்டாம் என்று தோன்றும். யாராவது எனக்குப் பதிலாக மூச்சு விடுங்கவேன் என்று அழுவாம் போலிருக்கும். இப்போதெல்லாம் அடிக்கடி இந்த நிலை, இவ்வையென்றாலும் இன்றும் நீடிக்கிறது. ஒரே வித்தியாசம், அவஸ்தையைத் தாங்கிக் கொள்ளும் பக்குவத்தைக் காலப்போக்கில் வளர்த்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.

அதுமட்டுமா? ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர்கள் தட்டுப்பாட்டில் இருந்த காலம் அது. வீட்டில் கேஸ் சிலிண்டர் தீர்ந்து விட்டால் ஹோட்டலில் சாப்பிட்டுக் கொள்ளலாம்; மூச்சு விட ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர் கிடைக்கவில்லையென்றால்... பல சமயங்கள் அந்தச் சிலிண்டருக்காக ஊரெல்லாம் அலைந்த அனுபவமும் உண்டு.

நுரையீரலின் திறன் குறைந்து கொண்டிருந்ததால் ஆக்ஸிஜன் ஏற்றிக் கொள்ளும் நேரம் மெல்ல அதிகரித்தது. கறுகறுப்பாக இயங்கிக் கொண்டிருந்த நான், இப்படிச் சுஷ்டப்படுகிறேனே என்று நொந்து கொண்டேன். படுத்த படுக்கையாய் ஆனதில், பிறரைச் சார்ந்திருக்கும் நிலை அதிகரிக்க, என் தனிப்பும் இயலாமையும் என்னை மேலும் பலவீனமாக்கின.

இந்த நேரத்தில் உங்களுக்கு, இளைஞ்சொல்லும் உரிமையை எடுத்துக்கொள்கிறேன். நாளை, ஏன் அடுத்த நிமிடம் என்ன நடக்கும் என்பதே நமக்குத் தெரியாது. நம் சக்திக்கு உட்பட்ட வரை உடல் ஆரோக்கியத்தைச் காத்துக் கொள்வது நம் குறைந்த பட்ச பொறுப்பு. குறிப்பாக குடும்பப் பொறுப்பில் மூழ்கியிருக்கும் பெண்கள், தங்கள் உடல் நலம் அவ்வளவு



## ஸ்லீரோடெர்மா பற்றி...

உடல் தோல் கறுத்துத், தடிமனாக, இறுக்கமாக, ஆகக் கூடிய நோய் இந்த ஸ்லீரோடெர்மா (மருத்துவப் பெயர்-ஸிஸ்டமிக் ஸ்லீராஸிஸ்). ஸ்லீ என்றொரு குட்டிப் பெயர் வைத்துக்கொள்வோம் 'ருமடாய்ட் ஆர்தரைடிஸ்' என்ற மூட்டு வலியின் குடும்பத் தைச் சேர்ந்தது இந்த ஸ்லீ.

சிங்கம் விங்கினா வரும். ஆனால் ஸ்லீ தன் னோடு பெரிய பட்டாளத் தையே கூட்டிக் கொண்டு வருகிறது. ஸ்லீயின் அறிகுறிகள்



முக்கியம் இல்லை என்று நினைக்கும் நிலைமை இருக்கிறது. உண்மையில், ஒரு குடும்பத்தின் மகிழ்ச்சிக்குப் பெண்களாகிய நம் உடல் நலம் தான் அஸ்திவாரம் இல்லையா? அந்த அஸ்திவாரம் இங்கு ஆட்டம் கண்டது.

படுத்த படுக்கையாக இருந்தபோது காலையில் அலாரம் அடிப்பது தெரியும். குழந்தைகள் என்னிடம் வந்து 'அம்மா அம்மா' என்று கூப்பிடுவது தெரியும். அதற்கு முன்கூட்டி மட்டுமே என்னால் பதிலாகத் தர முடியும். அந்த முன்கூட்டி அலர்கள் காதுகளில் விழுந்ததா என்பது கூடத் தெரியாது.

ஒரு குடும்பத் தலைவிக்கு குழந்தைகளின் காலை பள்ளி அவசரத்திலும், கணவர் அலுவலகம் செல்லும் நேரத்திலும்

எல்லா நேரங்களிலுக்கும் பொதுவாக அமைவதில்லை. அதனாலேயே இந்த நோய்க்கு முழுமையானத் தீர்வை இன்னும் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை. எந்த உள்நுழைப்பை எப்படி எப்போது தாக்கும் என்பது தெரியாது. இந்த நோய்க்கு டயலிசிஸ் இல்லாததால் அறிகுறிகளை மட்டுமே

சமாளிக்க முடியும். அதனால் டாக்டர்கள் 'ரயஸ் ஆண்ட் எர்' வகையில் சிகிச்சை அளிப்பார்கள் - ஓர் அறிகுறியைச் சமாளிக்க ஒரு மருந்து கொடுக்க. ஆனால் வரும் பக்க எரினைவை சமாளிக்க மற்றொரு மருந்து என்று போகும்.

உதவி செய்ய முடியாமல் இருப்பது போன்ற கொடுமை, வேறு எதுவுமே இருக்க முடியாது. மாஸலையில் பள்ளியி லிருந்து திரும்பும்போது, பிள்ளைகள் நேரே என்னைப் பார்க்க ஓடி வருவார்கள். அம்மா இன்னும் நல்லபடியாக இருக்கிறாள் என்ற நிம்மதிப் பெருமூச்சு இருக்கும்.

என்னை எதாவது சாப்பிடச் சொல்லிக் கட்டாயப்படுத்தினால், அவர்கள் மீது எரிந்து விழுவேன். யாருடனும் பேச்சு வேண்டிக்கூடாது. அது என் இயலாமைமினாலா, வெறுப்பா, இல்லை மருந்துகளின் பக்க விளைவா என்று சொல்வத் தெரிய வில்லை. ஆனால் அந்தச் காலக் கட்டம் என் வாழ்க்கையின் மிகக் கொடுமையான அத்தியாயம்.



சாரதாவை எல்லி இன்று வரை எப்படியெல்லாம் தாக்கியிருக்கிறது?

\* நுரையீரலின் திறன் குறைவதால் மூச்சு விடுதல் பிரச்சனை

\* சரும உலர்ச்சி பெற்று, கறுத்து இறுகியது.

\* காஸ்டிரைடிஸ், வயிற்று உபாதைகள் தினசரி பிரச்சனை

\* கை, கால் விரல்கள் எவ்வாறான குறைவாகிறது (ரேனோட்டிஸ்)

\* மாதவிடாய்ப் பிரச்சனைகளால் ஹீமோக்ளோபின் அளவு ஆறு வரை குறைந்தது

\* ரத்த அழுத்தம் 60/40 அளவுக்கு காரணமில்லாமல் அடிக்கடி குறையும்

\* மிகவும் அதிகமான உடல் வலி-பாகம் பாகமாகப் பிளக்கும்

\* ஹைராய்ட் பிரச்சனையால் உடல் எடை அதிகரிப்பு

\* அதிகம் நடந்தால் கைகள் வீங்கிவிடும்

\* மருந்துகளினால் மன உளைச்சல், தூக்கமின்மை

\* வாய் விட்டு நிறைய சிரித்தால் மூச்சுத் திணறல் வந்து விடும்

(சே... என்ன கொடுமைடா இது!)

**அப்போது என் நுரை**

யீரல் இருபது சதவிகிதம்தான்

வேலை செய்தது. நுரையீரல் சரியாக

இயங்குகிறதா என்று பரிசோதிக்க

'பயங்குப் சோய்க்குள் டெஸ்ட்' என்று ஒரு பரிசோதனை உண்டு. மருத்துவர்களின் அறிவுறுத்தலுக்கு ஏற்ப ஒரு கருவிக்குள் பல்வேறு வகையில் ஊதிக்கொட்ட வேண்டும். அதை வைத்து நுரையீரலின் திறனைக் கணக்கிடுவார்கள்.

முதல் தடவை அந்தப் பரிசோதனையைப் புரிந்து கொண்டு செய்து முடிப்பதற்குள் மூன்று மணி நேரங்கள் ஆயின. அந்த மூச்சு விடும் பாயிண்டில் உயிரே போய் திரும்ப வந்தது. மருத்துவர்கள் ரிப்போர்ட்டை எல்லாம் பார்த்துவிட்டு, வாலரிவை அறிக்கை விடுவது போல், எதையும் ஊர்ஜிதமாகச் சொல்ல முடியாமல் ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர் தொடர வேண்டும் என்ற முடிவுக்கு வந்தார்கள்.

வாரம், ஒரு ரத்தப் பரிசோதனை செய்வார்கள். அதிலிருந்து மாத்திரை மருந்துகள் பற்றிய முடிவெடுப்பார்கள். கை நிறைய மாத்திரைகளை வைத்துக்கொண்டு அவ்வா போல மொத்தமாக விழுங்குவேன்.

ஒவ்வொன்றாகச் சாப்பிட்ட நுக் கட்டுப்படியாகிறது. சாப்பிட்ட பிறகு மாத்திரை போட்டுக் கொள்வதைப் பார்த்திருப்பீர்கள். என்னவென்போறுத்தவரை மாத்திரைகளுக்கு முன் கொஞ்சம் சாப்பாடு சாப்பிடுவேன்.

**நுரையீரல்** தொடர்ந்து மோசமாக இருக்கவே, கார நோய்க்கான மருந்தைக் கொடுத்து நுரையீரல் முன்னேற்றம் காண்கிறதா என்று பரிசோதித்துப் பார்க்க டாக்டர்கள் முடிவு செய்தார்கள். அந்த மாத்திரைகள் வயிற்றில் பயங்கரமான எரிச்சலை ஏற்படுத்தும். சாப்பாடு சுத்தமாக நின்று போய் முழுப் பட்டினி. நான்கு மாதங்களாகியும் அவஸ்தைகள் குறையாது போக, போதும் இனிமேல் இந்தச் சிசிச்சை தேனையில்லை என்று சொல்லி காரநோய் மருந்துகளைத் தூக்கி எறிந்துவிட்டேன்.

(இன்னும் பேசுவேன்)

# கரையுதய்யா எம் மனசு!

‘விரப்போரம் தென்னை மரம்

வெயில் சாயும் இத்தேரம்  
வயல் நடுவே களையெடுப்பு...  
களையெடுக்கும் எங்களுக்கு  
கஞ்சி கொண்டு வாரீர்களா  
கஞ்சி கவயத்துவ  
மச்சான்

கரையுதய்யா எம் மனசு!”

பாட்டு மிதந்து வந்த ஓரத்த நாடு, கக்  
கரை கிராமத்தை நோக்கிப் பயணித்தோம்.  
வைகாசி கடைசி வாரம் என்பதால்,  
வயலில் நெல் அறுவடை எல்லாம்  
முடிந்து போயிருந்தது.

“இப்ப எல்லா பச்சமும் தெலக்கடவை  
யும், உளுந்தும் தாங்க நீங்க பார்க்கலாம்.  
இன்னும் பத்து இருவது நாள் செண்டா  
(போயிட்டா) வயல்ல நாத்து நடவு நடக்  
கும். இப்ப எங்கு கண்டாலும் கடவைக்  
கும் உளுந்துக்கும் களை எடுக்கிறதுதான்!”  
என்றனர் அந்தக் கழனி பெண்கள்.

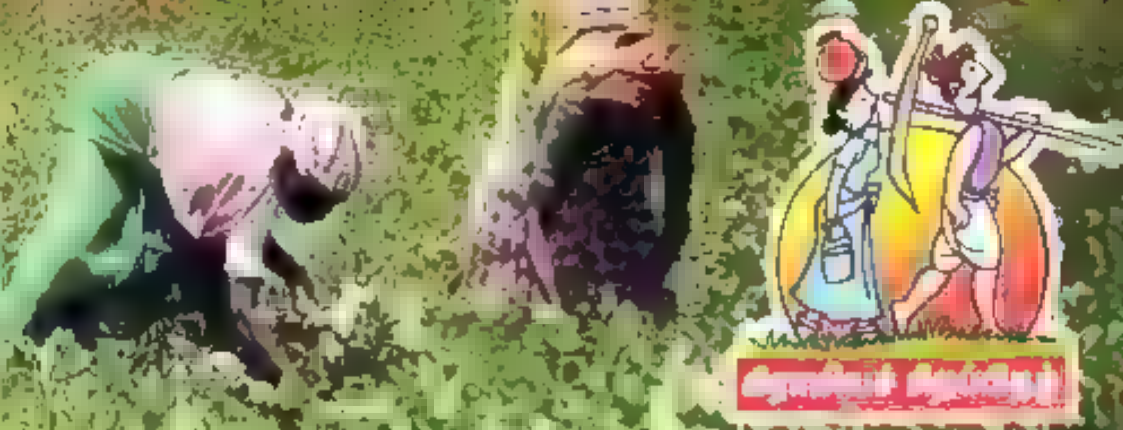
★ “காவம்பற நீச்சத் தண்ணி குடிச்சிட்டு  
களக்கொத்தியோட காட்டுப் பக்கம் கிளம்  
மிருவோம். வயல்ல ஏறங்கிட்டா. பாட்டும்  
பழமொழியுமா பறந்துகிட்டே இருக்கும்.  
எங்க வாய்ச் சுத்தத்தைவிட எங்களோட  
கையுங்க வேகமா இயங்கும். அதலால்

கொத்தாலும் (மேஸ்திரி) கண்டுக்க மாட்  
டாங்க. வயக்காரங்களும் கண்டுக்க மாட்  
டாங்க. எங்க வேளையில் பாட்டுக் கட்டிப்  
பாடினா, உடம்பு அதி தோணாது. பர  
பரன்னு வேளையும் பறந்துகிட்டு நடக்  
கும்” என்கிறார் பாட்டாளி பெண்மணி  
ஒருவர்.

★ “கண்ணாலம் கட்டி வந்த நான்லேந்து  
கூலி வேலைக்கு வாரேன். புருசனுக்கு  
கொஞ்சுண்டு வயல். சொந்தமா லின்னல்  
லுடு இருக்கு. டவுனைப் போலவே  
இங்ஙனயும் இப்ப எல்லாத்துக்கும் காக  
வேண்டியதா இருக்கு. அதுக்கு இந்தக் கூலி  
வேலை கை கொடுக்குது.

எங்களுக்கு ஒரு பொண்ணு. ஒரு  
காயல். பொண்ணு எட்டாங்கிளாஸ்.





பையன் ஆறாப்பு. நவ்வா

படிக்க எலக்கணும்னு தெனைக்  
கிறோம். வெயில்வயும் வேனல்வயும்  
கிடந்து புறக்குறோம். சொந்த வயலோ  
தரிசா கிடக்குது. நாங்க வெளி வேலைக்குப்  
போகாட்டி, ஓட்டல அடுப்பு னிபாது" எனச்  
சொல்லும் கலிலாவுக்கு வயது மூப்பது.

★ "சொந்த சாகுபடியில் பத்து பேரை  
வெச்ச வேலை வாங்குனாலும், இன்  
னொருத்தர் வயல்வ நாமாகும் ஏறங்கி  
வேலை செஞ்சாத்தான் எங்களுக்குத்  
திருப்தியா இருக்கும். சொந்த வயலில்  
பத்து நாள் வேலை இருக்கும். இருவது  
நாளான்கி ஜோலி இருக்காது. அதனால்  
புருசனும் பொண்டாட்டியும் கலந்து  
பாத்துக்குவோம். எங்களுக்கு ரெண்டு  
பையன். ஒரு பொண்ணு. மவளக் கட்டிக்  
கொடுத்திட்டோம். மூத்தவன் பி.எட்.  
படிப்புவ சேர இருக்கான். என்னவவன்

காஞ்சிபுரத்துவ, இஞ்சினியருக்  
குப் படிக்கிறான். இந்த விவசாயக்  
கூலி வேலை எங்களுட போயிடும்னு  
தெனைக்கிறேன்" என்கிறார் கல்யாணி.

★ "திலம் வெச்சிருக்கறவங்களைப் போயி  
கேட்டிங்கன்னா, வய வேலைக்கு இப்  
பல்லாம் ஆளுங்க வற்றதில்லன்னு சொல்  
வாங்க. நெய் சாகுபடியில் இப்ப எல்லாத்  
துக்கும் எத்திரம் வற்றிருச்சி. கூலி ஆளுங்க  
நாங்க என்ன ஆவுறது? அதுமட்டுமில்ல.  
பொம்பளைங்களுக்கு, அரசு நிர்ணயம்  
பண்ணின கூலியை யாருமே தர்றது இப்போ.  
பொம்பளைங்க எதிர்த்து கேக்க மாட்டங்  
கனு. எங்களுக்குக் கூலியை கொறைச்சே  
தர்றாங்க!" எனச் சொல்கிறார் மரசுதம்.

★ "அங்க அணா கூலியிலேந்து வயல்  
வேலைக்கி வர்தேன். இப்ப எனக்கு வயசு  
எழுபது. இந்த வயசுவயும் இந்த வெயில்ல  
காட்ட எறங்கி, எனஞ்சோடி பெண்டு  
களுக்கு இனையா வேலை பார்க்  
குதேவ்வா, சின்ன வயசுவ நாள் கரைச்சக்  
குடிச்ச கம்பங்களியும், கேப்பச் கோறும்  
தான் காரணம். ஒவ்வொரு ஊர்வயும் ஏதோ  
கொஞ்சோண்டு பொம்பளைங்கதான்,  
எங்களைப் போல காடு கரை வயல்  
வேலைக்கு வர்தாங்க!" என்கிறார்  
அமிர்தவள்ளி.

ஊட்டுரை, படங்கள் :  
பூங்கம் திருநாவுக்கரசு



**தினியாதிதனின் உழைப்பு வீட்டை மட்டுமல்ல நாட்டின் பொருளாதாரத்தையும் உயர்த்தும் என்பது நாம் அறிந்ததே. இன்று ஆண்களுக்கு நிகராகப் பெண்கள் உழைத்து துயரங்களிலும் களத்தில் இறங்கினால், நாசன் உயர்வரினவயிர். அனுபவ அரிவு திருத்தால் போது. தமயன் பவநி நன் (பொ)வேளம் என்று காதித்துக் கொண்டிருக்கையவகன் குழுககன் கியவர இப்பகுதியில் அந்நிகக பவநி உயர்வரினவயிர்**

கீல்வி கேந்திரா தொண்டு திறுவவக் தின் கீழ் இயங்கிவரும் செம்பகுத்தி. ரோஜா என இரண்டு மகளிர் குழுக்கள் இணைந்து விழுப்புரம் விக்மிரவாண்டி ஒன்றியத்தைச் சார்ந்த, முட்டத்தூரில் கல்குவாரி ஏலம் எடுத்து நடத்தி வருகிறது என்று கேள்விப்பட்டதும் அங்கு விளாந்தோம்.

"1985ல் மகளிர் குழுவை ஆரம்பித்தே. இன்னொரு கல் உடைக்க, திவக்கலியா

வேலை செய்திங்க. நீங்க ஓர் அமைப்பா இணைஞ்சிங்களா கல்குவாரியை ஏலம் எடுத்து முதலாளியா ஆகலாமே"னு சொன்னாங்க. தினமும் அம்பது ரூபாய் சம்பாதிக்கிறதே பெரிய விஷயம். இது நடக்கிற சரியமானனு எங்களுக்குள்ள திவைச்சிக்கிட்டோம்.

"அவங்க வற்புறுத்தலால் நாற்பது

**நினைச்சோம் முடிச்சோம்!**





பெண்கள் சேர்ந்து செம்  
பருத்தி. ரோஜாண்ணு  
இரண்டு குழுவை ஆரம்  
பிச்சேரம்" என்றபடி  
குழுவின் கயசரி  
தையத்  
தொடர்ந்தார்  
மரக் குநர்  
சந்திரா.

6 (பெண்) **வெற்றி கொடி கட்டு!**

குழு தொடங்கியதும்  
தொழில் செய்யுங்கன்து  
கொடுத்த வேலையை  
யெல்லாம் குறிப்பிச் செல  
வுக்கு எடுத்துக்கட்டிடோம்.  
2002-ல் தேனி மாவட்ட  
பத்தூல, ஒரு மகனின் குழை  
கன்குவாபி வலம் எடுத்து

பழமை மாறாம 'ஜூலிட்' (சணல்)  
பயன்படுத்தி க்யூட்டா பேக் செய்ற  
லலிதா குமாரி மகனின் குழுவை சந்திக்கச் சென்றபோது,  
கானை நேர பரபரப்பில் கறுகறுப்பாக இயங்கி கொண்ட  
டிருந்தார்கள்.

குழுவிலிருப்பவர்களை அறிமுகப்படுத்திக் கொண்டு  
தங்களின் தொழில் ரகசியத்தைப் பற்றி தொடர்ந்தார்  
ஊக்குதர் இந்திரா. "நாங்க குழு தொடங்கி ஆறு வருஷம்  
ஆகுது. அப்போது, அரசாங்கமே பலவிதமான தொழிலுக்  
குப் பயிற்சி கொடுத்தாங்க, சனல் பைக்கு நிறைய  
தட்டுப்படும் வரவேற்பும் இருந்ததால நான்கு மூன்று  
மாசம் அந்தப் பயிற்சியை எடுத்துக்கிட்டோம்.

"இருபத்த ஐந்து விதமான பைகளைத் தைக்கச்  
சொல்லிக் கொடுத்தாங்க. ஏற்கெனவே எங்களுக்கு  
தையல்மிஷின் பற்றி ஓரளவு தெரிஞ்சதால கத்துக்  
கிறது சிரமமாயில்லை. எங்களுடைய ஆய்வத்தைப் பார்த்  
துட்டு நாங்கனே ஆர்டரும் தரோம்னு அரசாங்கமே  
எங்களை தொழில் செய்ய முதல் ஊக்குவிச்சது"  
என்றார் இந்திரா.

"நாங்க மூன்று பேரும் தொழில் தொடங்கப்  
போறோம்னு எங்க லீட்ல சொன்னதும் எல்லோருக்கும்  
சந்தோஷம். ஆணா முதலிடுன்னு வரும்போது எங்களை  
புரட்ட முடியலை. ஏன்னா, கொல்கத்தாவிலிருந்து தான்  
சனல் வரவழைக்கணும். பொருளுக்கான முழுத்தொகை  
யும் செலுத்திதான் மூலப் பொருளான சணலை வாங்க  
முடியும்.

"எங்களுடைய குடும்பச் சூழ்நிலையைப் புரிஞ்சு  
கிட்டு எங்க தொண்டு நிதிவளம் லோன் ஏற்பாடு

திருக்கிறதா தகவல் கேள்விப்பட்டோம். எங்க விழுப்புரம் மாவட்டத்திலும் கல் குவாரிக்கான ஏலம் (2006) அறிவிச்சதும் எங்க மகளிர் குழுவுக்கு கொடுங்கன்னு வற்புறுத்தினோம்" என்ற சத்திராவைத் தொடர்ந்தார் பேபி.

"நாங்க கல்குவாரி ஏலம் கேட்டிருக் கோம், உதவி செய்யங்கன்னு எங்க தொண்டு நிறுவனத்திடமே தஞ்சம் போனோம். அவங்க ஏற்பாடு செய் ரேன்னு வாக்குறுதி கொடுத்துட்டாங்க. ஆனா ஊர்ல, 'மாத்திக்கட்ட நல்ல புடவை கூட இல்ல. இவங்கல்லாம் முதலாளி ஆகறாங்களா கணவு காண்றாங்க'ன்னு எங்க காதுபட கேலி பேசுவாங்க.

"சளைக்காம முயற்சி செஞ்சதுவ எங்களுக்கே கல்குவாரி ஏலம் விடைச்சது. தினமும் அம்பது ரூபாய்க்கு கூலி வேலை செஞ்ச நாங்க, எங்க தொண்டு நிறுவன உதவியால, நாவரை லட்சம் வேலன் வாங்கி, ஏலத்தொகை கட்டி கல்குவாரிக் குள்ள நுழைஞ்சுப்ப சந்தோஷத்துவ அழுதுட்டோம்" என்றார்.

"தினமும் மூணு வேலை சாப்பாட்டுக்கே கஷ்டப்பட்டிருக்கோம். கல்குவாரி ஏலம் எடுத்த இந்ததாலு வருஷத்துவ எங்க வாழ்க்கைத் தரம் உயர்ந்திருக்கு.

"எங்க குழந்தைகளை நகரத்துக் கல்

லூரிலை பயிர்க்க வைக்கிறோம். வறுமைக் கோட்டுக்குக் கீழேயிருந்த எங்க நாப்பது குடும்பமும் இன்னிக்கு நடுத்தர வார்க்க நிலைக்கு மாழியிருக்கு" என்று பெருமை புடன் சொல்கிறார் தனவட்கம்பி.

"அதுமட்டுமா? நாங்க வாங்கின லோனில் இன்னும் முப்பதாயிரம்தான் மிச்சமிருக்கு. ஆரம்பத்தில் ஒத்துழைப்பு கொடுக்க மறுத்த எங்க வீட்டு ஆம் பினைங்க இன்னிக்கு எங்களுக்கு ஒத்தாசையா இருக்கதான் விரும்பறாங்க" என்றபடி முடித்துக் கொண்டார் தாயம்மா.

கீவ்வி கேத்திரா தொண்டு நிறுவனத் தின் திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் விஜய ராணிவிடம் பேசியபோது "விழுப்புரம் மாவட்டத்தில் 3747 மகளிர் குழுக்கள் எங்களின் கீழ் இயங்குகின்றன. தனிப் பட்ட முறையில் தொழில் செய்யும் பெண்களைவிட, குழுக்களாக இணைந்து செயல்படும் மகளிர் குழுதான் எங்க கனிடம் அதிகமாயிருக்கு. ஜெகைகள் கிடைக்குதுன்னு மகளிர் குழுவை உரு வாக்காம அவங்க சாதிக்கிற அளவுக்கு உருவாக்கணும். அப்பதான் கிராம மக் களின் வாழ்க்கைத் தரம் உயரும். இதன் மூலம் நாட்டின் பொருளாதாரமும் உய ரும் இதுதான் எங்க குறிக்கோள்" என்ற படி விடைபெற்றார்.





செய்து கொடுத்ததோடு அது வலகத்துக்கான இடமும் இல வசமா கொடுத்தாங்க” என்றவர் சிறிய இடைவெளிவிட்டு தொடர்ந்தார்.

“கணல்பைக்கு தட்டுப்பாடு இருந்ததால் ஆர்டர் கிடைக்கிறதுல பிரச்சனை இல்லை. ஆரம்பத்துல சின்ன பரீஸ், பைப்பை அப்படிதான் தொடங்கினோம். இன்னிக்கு ஆஃபிஸ் ஃபைபல், எக்ஸ்கிபூட்டிவ் பை, ஸ்பெஷல் பை தொடங்கி வெதால் என்னென்ன மாடல் இருக்கோ அதைவிட டிசைனா, நூறுவிதமான பைகள் எதக்கிறோம்.

“விசேஷ நாட்களில் கிஃப்ட் கொடுக்கவும் நிறைய ஆர்டர் வரும். இப்ப க்னிப்பில் இருந்து காது தோடு, கழுத்துக்கு மாலை, வளையல்னு ஃபேஷனி நகையும் சனாஸ் ரூலமா செய்யறோம்.

“நாங்க ஒவ்வொருத்தரும் வேற வேற இடத்துல இருந்து இங்க (அயனா வரம்) வர்றோம். எங்கனோட தொழில் முன்னேற்றத்தைப் பார்த்து டோட்டரி கிளப் சிறந்த மகளிர் குழு விருது கொடுத்திருக்கு. கூடிய சீக்கிரம் சென்னையில் இன்னொரு கிளை தொடங்கப்போறோம். ஆர்டர் அதிகமா இருக்கிறதால் மத்த குழுவிலிருக்கும் பெண்களுக்கும் வேலை கொடுக்கணுமில்ல” என்று பெருமையாகச் சொன்னவர் தன வட்சமி.

“நாங்க பைகளுக்கு உபயோகப்படுத்தற பட்டன், கயிறு எல்லாமே கெட்டாங்குச்சி. காட்டன் கயிறு போன்ற இயற்கைப் பொருள்கள்தான், அதனால்தான் அசாங்கம்



எங்களுக்கு நிறைய ஆர்டர் கொடுக்குது. இப்ப நாங்க எதக்குதுக்கூட அவங்க ஆர்டர் தரன்” என்றாடி வேலை யில் மூழ்கினார் பாக்ய லக்ஷ்மி.

இவர்களை ஊக்கு வித்துக் கொண்டிருக்கும் சொர்ணம்பாள் கல்வி அறக்கட்டளை மற்றும் தொண்டு

திறுவனத்தின் முதல் நிலை மேலாளர் ஜோயல் “எங்களிடம் 1400க்கும் மேற்பட்ட குழு இருக்கு. எல்லாமே கயதொழில் செய்யறாங்க. நாங்க குழு ஆரம்பிக்கும்போது அவங்களுடைய படிப்பறிவு, அனுபவ அறிவை சோதித்து அவங்களுக்குரிய பயிற்சிகளைக் கொடுப்போம். அதனால்தான் எல்லாருமே அவங்க தொழிலை முன்னுக்கு வரமுடியுது” என்றார். அதைத் தொடர்ந்து “எங்க குழுவில இருக்கிற பெண்களுக்கு திசுராங்கிற ஸ்காலர்ஷிப் கொடுக்கிறோம். அவங்க குழந்தைகளைப் படிக்க வைக்கிற டூக்ர எங்களால் முடிஞ்ச சிறு உதவி” என்றார் திட்ட மேலாளர் சின்ன சாமி.

- லக்ஷ்மி

(வீறுநடை தொடரும்)



பச்சை பட்டாணி  
சீஸ்பால்ஸ் இன் மலைய்

தேவையான  
பொருள்கள்

பச்சை  
பட்டாணி - 2 கப்

தோல் நீக்கி  
வேக வைத்த உரு

ளைக்கிழங்கு - 2

குடை மிகைய்,

வெங்காயம் - தலா 2

இஞ்சி, பூண்டு

விழுது - 1 டீஸ்பூன்

பச்சை மிகைய் - 4

சீஸ் துருவல் - 1 கப்

கொத்தமல்லி தழை

சிறிதளவு

(சீஸ் துருவலை எண்ணெய் விட்டு,  
பிசிறி விடவும். அப்போதுதான் பொரிக்க  
கும்போது கரையாமல் இருக்கும்.)

அரிசி மாவு (அ) சோளமாவு - 1/2  
கப்

உப்பு - தேவையான அளவு

எண்ணெய் - பொரிக்க தேவையான  
அளவு



செய்முறை : பச்சை  
பட்டாணி, வெங்  
காயம், பச்சை மிள  
காய், கொத்தமல்லி  
சேர்த்து மிக்ஸரில்  
கலக்கப்பாக அரைத்  
துக் கொள்ளவும்.  
(அடைக்கு அரைக்  
கும் பதம்).

வாணலியில் சிறி  
தளவு எண்ணெய்விட்டு  
வெங்காயம், குடைமிள  
காய் வதக்கி பிறகு,  
அரைத்த பச்சை பட்டாணி  
விழுதுதச் சேர்க்க வேண்டும்.

பிறகு, மரித்த உருளைக்கிழங்கு,  
துருவிய சீஸ் போட்டு நன்றாகப் பிசைய  
வும். அரிசி மாவு (அ) சோளமாவு போட்டு  
தேவையான உப்பு சேர்த்துக் கெட்டியாகப்  
பிசையவும்.

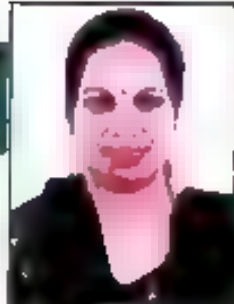
வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு,

# குக்கரி





## தக்காளி சீஸ் போட்டிக்கு வந்து குவிந்த சமையல் குறியீடுகளைப் பொருளையாக அமசி. சிறந்தவற்றைத் தேர்ந்தெடுத்த சீஸ் வெங்காயச்சிக்கு தக்காளி!



மீதமாவதைத் தீயில் பச்சை பட்டாணி சீஸ் கலவைவரை அலுமினியம்வரைவு உருட்டி. பொரித்து அடுக்கவும். பச்சை பட்டாணி சீஸ் பால்ஸ் ரொடி.

மலாய் செய்ய தேவையான பொருள்கள்: கடைந்த பாலேடு அய்ஸது சீப்ரொஷ் கிரீம் - 1 கப்

முந்திரி - 10

வெண்ணெய் - சிறிது

பாலில் ஊற வைக்க :

பட்டை, கிராம்பு, உலக்காய் - சிறிதளவு

சிவப்பு மிளகாய் - 4

பால் - 1 கப்

சின்ன வெங்காயம் - 4

அவங்கரிக்கத் தேவையான பொருள்கள்:

வெங்காயத் தூள்

துருவிய சீஸ் சிறிதளவு

கொத்தமல்லி தழை

கிரேவி பதத்துக்கு வந்துவடன் அடுப்பி லேடுத்து இறக்கி சீப்ரொஷ் கிரீம்

சேர்த்து, நன்றாகக் கிளறவும்.

மலாய் கிரேவிபோடு பொரித்து வைத்துள்ள பச்சை பட்டாணி சீஸ் பால்ஸ் சேர்க்கவும்.

அதன் போல் சீஸ் துருவாய் வெங்காயத் தூள், கொத்தமல்லி போட்டு அலங்கரிக்கவும்.

கிராம்பு ரிச்சாக வெண்டும் என்றால் முந்திரி வறுத்துச் சேர்க்கவும். 'பச்சை பட்



# கவீனா!

## மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி முடிவுகள்!

### கண்டிப்பாகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருட்கள் : பச்சை பட்டாணி + சீஸ்

மலாய் செய்முறை : பட்டை, கிராம்பு, உலக்காய், சிவப்பு மிளகாய், சின்ன வெங்காயம் சேர்த்து பாலில் பத்து நிமிடம் ஊறவைத்து மிக்ஸரில் ஸ்ரேஸாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

வாணாவியில் சிறிது வெண்ணெய் போட்டு, அரைத்த விழுது கொட்டிக் கிளறவும். பச்சை வாசனை போனதும் மேலும் சிறிது பால் சேர்த்துக் கொடுக்க விடவும். பிறகு உப்பு சேர்க்கவும்.



டானி சீஸ் பான்ஸ் இன் மலாய்' ரெடி. சப்பாத்தி, புலாவுக்கு வற்றது.

- சீதா சாகவன்,  
சென்னை

## சீஸ், பீஸ் கச்சோரி



தேவையான பொருள்கள்:

மேல் மாவுக்கு : மைதா - 1 1/2 கப்,  
உப்பு - 1/2 டீஸ்பூன்  
நெய் - 2 டீஸ்பூன்  
சமைப்பல் சோடா - ஒரு சிட்டிகை  
பூரணம்

வேகவைத்த பச்சை பட்டாணி - 1 கப்  
வெந்து, மசித்த உருளைக்கிழங்கு

1 கப்

பொடியாக அரிந்த பச்சை மிளகாய்,  
இஞ்சி, கொத்தமல்லி - தேவையான  
அளவு

கரம் மசாலாத் தூள் - 1 டீஸ்பூன்  
சீஸ் துருவல் - 3/4 கப்

உப்பு, எண்ணெய் - தேவையான  
அளவு

செய்முறை : முதலில் மேல் மாவு  
தயாரிக்க, உப்பு, நெய், சமைப்பல்  
சோடாவை ஒரு தட்டிலிட்டு நன்கு நுளாக்  
கத் தேய்க்கவும். மைதாவைச் சேர்த்து, மலு  
ரவை போல் உதிர்த்து, வரும் வரை  
கையால் தேய்த்துக் கலக்கவும். பிறகு,  
கிறிது கிறிதாக நீர் சேர்த்து, கெட்டியாகக்  
கவந்து (பூரி மாவு போல்) பதினைந்து  
நிமிடங்கள் வரை ஊற வைக்கவும்.

பூரணம் : வேக வைத்த பட்டாணி,  
மசித்த உருளைக்கிழங்கு, பச்சை மிளகாய்,  
இஞ்சி, கொத்தமல்லி, கரம் மசாலாத் தூள்,  
உப்பு போன்றவற்றை நன்கு கலந்து, கிதிய  
எலுமிச்சை அளவு உருண்டைகளாக்கவும்.  
ஒவ்வொரு உருண்டைக்குள்ளும், குழி  
செய்து ஒரு டீஸ்பூன் சீஸ் துருவலை

திர்ப்பி. மூடிவிட்டு, வடை  
போல் தட்டவும்.

மேல் மாவை, சிறு  
உருண்டைகளாகி, மென்  
லிய பூரிகல் இடவும். இரு  
பூரிகளுக்கு நடுவில் சீஸ்  
பீஸ் (பூரணம்) வடைமய  
வைத்து ஓம் பிரியாம  
லிருக்க, விரலால் வேகாக

ஓங்கனைச் சுத்தியும் முறுக்கவும்  
(சோமாவைக்கு செய்வது போல்).

எண்ணெயைக் காய வைத்து, தயாரி  
செய்துள்ள கச்சோரிகளைப் பொன்னிற  
மாகப் பொரித்து, சூடாக, தக்காளி  
சாஸுடன் பரிமாறவும்.

இந்த ஸ்டீப்ப்ட் பூரிகளை, தோனாக்  
கல்லிச், சுத்தியும் கிறிது எண்ணெய்  
விட்டு, இருபுறமும் நிரப்பிப் போட்டு,  
பாட்டிஸ் போஜம் செய்யலாம். (ஷாஸ்ரா  
சீப்ஸ்) இந்த சீஸ்பீஸ் பாட்டிஸ், தக்காளி  
சாஸ் மற்றும் புதினா சட்னியுடன் சாப்பிட  
கவையாக இருக்கும்!

- வசுபதி விருஷ்ணசுவாமி,  
பெங்களூரு

## பீஸ் ஸ்டீப்ப்ட் பராத்தா

தேவையான பொருள்கள் :

கோதுமை மாவு - 250 கிராம்

பச்சை பட்டாணி - 1 கப்

கோட் - 1/2 கப் (பொடியாக  
நறுக்கியது)

சீஸ் துருவல் - 1 மேஜைக் கரண்டி

பச்சை மிளகாய் - 1 (பொடியாக  
நறுக்கியது)

துருவிய இஞ்சி - 1 தேக்கரண்டி

மஞ்சள் பொடி - 1/2 தேக்கரண்டி

சோகம் - தானிக்க தேவையான அளவு  
பொடியாக நறுக்கிய கொத்தமல்லி

தளறு - கிதிதளவு

உப்பு, எண்ணெய் - தேவையான  
அளவு

**புதினா பச்சை சட்னி செய்ய தேவை  
யான பொருள்கள் :**

புதினா - 1 கட்டு,  
இஞ்சித் துண்டு - சிறிது  
பச்சை மிளகாய் - 2  
வெல்லம் - ஒரு சிறு கட்டி  
உப்பு - தேவையான அளவு  
கெட்டியான புளி கரைசல் - 3  
தேக்கரண்டி (அ) எலுமிச்சை சாறு - 1  
மேஸுக்கரண்டி

புதினா, இஞ்சி, பச்சை மிளகாய்,  
வெல்லம், உப்பு அவைத்தையும் நன்கு  
கத்தம் செய்து அரைத்துச் சட்னி செய்து  
கொள்ளவும். புளி கரைசலையோ அல்லது  
எலுமிச்சைப்பழச் சாறையோ புதினா  
அரைத்த விழுதுடன் சேர்க்க, புளிப்பும்  
இனிப்பும் மிக்க கலையான சட்னி ரெடி.  
இந்த கரீன் சட்னி ஸ்டீப்பிங் பரோட்டா  
வுக்கு ஏற்றது.

**பரோட்டா செய்யும் முறை :** முதலில்  
கோதுமை மாஸை மிருதுவாகப் பேசெந்து  
வைத்துக் கொள்ளவும். மாவு குறைந்தது  
பதினென்று நிமிடங்களாவது ஊறிவாய்  
தான் பரோட்டா மிருதுவாக இருக்கும்.

வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு  
சேகத்தை தாளித்தவுடன் பச்சை மிளகாய்,  
இஞ்சி, பச்சை பட்டாணி, பொடியாக  
நறுக்கிய கேரட், மஞ்சள் பொடி தூவி உப்பு  
சேர்த்துக் கிளறி ஐந்து நிமிடங்கள் ஒரு  
தட்டினால் மூடி, மிதமான சூட்டில்  
வதக்கவும். ஐந்து நிமிடங்களில்  
பட்டாணியும், கேரட்டும்  
வெந்து விடும்.

அவை ஆறியதும்,  
மிக்ஸியில் (தண்ணீர்  
விடாமல்) கரகரப்பாக  
அரைத்துக் கொண்டு  
துருவிய சீஸையும்  
கொத்த மல்லி தழையும்  
சேர்த்தால் பூணம்  
ரெடி.



மாலை ஒரு எலுமிச்சம் பழ அளவுக்கு  
எடுத்து, உருட்டி கிஸ்ஸம் போல குழித்  
துக் கொள்ளுங்கள். அதற்குள் சிறிது  
கோதுமை மாலை தூவி, இரண்டு  
தேக்கரண்டி அளவு பட்டாணி பூணத்தை  
எடுத்து வைத்து மூடி சப்பாத்தி கல்லில்  
வட்டமாக இட்டுக் கொள்ளுங்கள். பிறகு  
தோசைக் கல்லில் எண்ணெய் தடவி  
இரண்டு பக்கமும் திருப்பி போட்டு  
பொவ்விறமாக எடுக்கவும். இதை கடக்கட  
கரீன் புதினா சட்னியுடன் சாப்பிட ருசியாக  
இருக்கும்.

- வஸந்தா, சென்னை

## சீஸ் பட்டாணி சாண்ட்விச்

**தேவையான பொருள்கள் :**

ஊற வைத்த பட்டாணி - 1 கப்  
கேரட், வெங்காயம், தக்காளி - (சிறு  
துண்டுகளாக நறுக்கியது) - தலா 1 கப்  
நறுக்கிய பீன்ஸ் - 1/2 கப்  
எண்ணெய், மிளகாய்த்தூள், மஞ்சள்  
தூள், உப்பு - தேவையான அளவு  
தானிக்க பட்டை - 1, லவங்கம் - 1  
சோம்பு - சிறிது

கொத்தமல்லி தழை - சிறிதளவு  
ப்ரெட், வெண்ணெய் - தேவைக்கேற்ப

**செய்முறை :** முதலில் வாணலியில்  
சிறிது எண்ணெய் விட்டு, காய்த்தவுடன்  
பட்டை, லவங்கம் சோம்பு தாளித்து,  
நறுக்கிய வெங்காயத்தைப்  
போட்டு நன்கு வதக்கவும்.

பட்டாணி மற்றும்  
காய்களை ஒவ்  
வொன்றாகச் சேர்த்து  
நன்கு வதக்கிய பின்  
தேவையான அளவு  
மிளகாய்த் தூள், மஞ்சள்  
தூள் உப்பு சேர்த்து நன்கு  
கிளறவும்.

# தேவையமைச்சர்



## கோவை மாவட்டம்

கந்தி கவுண்டன் சாமு'ங்கிற குக்கிராமம் தான் எங்க ஊரு. மிக மிக வறுமையான குடும்பம். ஐந்து விலை மீட்டர் நடந்து போய் ஆரம்பப்பள்ளி படிப்பை முடிச்சு, புதிசெண்டு கிலோ மீட்டா பஸ்ஸு போய் கோவையில் படிச்சேன். எங்க பரம்பளையிலேயே பட்டப்படிப்பு வாங்கிய முதல் ஆள் நான்தான். சின்ன வயசுல ஏற்பட்ட கஷ்டம்தான் படிப்படியா என்னைப் பக்குவப்படுத்தின தோடு பெரிய உழைப்பாளராவும் ஆக்கியிருக்கு. வறுமையான குடும்பத்திலிருந்து இன்னிக்கு இந்த மிகப் பெரிய நிறுவனத்துல நானும் ஒர் இயக்குநர். எல்லாண்டய வெற்றிகளை என் கிராமத்துக்குக் காணிக்கை ஆக்குறேன். என் கிராமம் அந்த ஏத்துலிட்டா, அனாதை, எனக்கு வேற பெருமை இல்ல!



கிறிது தண்ணீர் தெளித்து, எண்ணெய் பிரித்து வரும்வரை நன்கு வேகவிடவும், பின் இறக்கி, பொடியாக நறுக்கிய கொத்தமல்லி, தளையைத் துவவும்.

தோசைக் கல்லைச் சூடாக்கி, கிறிது வெண்ணெய் தடவிய பிரெட் துண்டுகளை டோஸ்ட் செய்து ஒரு கல்லையின் மீது ஒரு வேயர் பட்டாணி மசாலாவை வைத்து அதன் மேல் துருவிய சேஸ் துண்டுகளைப் போட்டு கிறிது சூடாக்கி அதன் மேல் மற்றொரு டோஸ்ட்டுப் பிரெட்டை வைத்துப் பரிமாறவும்.

- கே.வி.ராஜலக்ஷ்மி, பட்டுக்கோட்டை

### கீரின் பீஸ் 65

- தேவையான பொருள்கள் :**  
 பச்சை பட்டாணி - 1 கப்  
 பெரிய உருளைக் கிழங்கு - 1  
 சேஸ் துருவல் - 1 டீஸ்பூன்  
 இஞ்சி, பூண்டு விழுது - 1/2 டீஸ்பூன்  
 கரின் ஃப்ளவர் - 2 டீஸ்பூன்  
 பொட்டுக்கடலைத் தூள் - 1/2 கப்  
 மிளகாய்த் தூள் - 1/2 டீஸ்பூன்

**உப்பு, எண்ணெய் - தேவையான அளவு**

**செய்முறை :** பட்டாணியைக் குழைய வேக வைத்து நன்கு மிதித்து கொள்ளவும். உருளைக் கிழங்கு வேகவைத்து தேரல் நீக்கி அதையும் நன்றாக மிதித்து வைக்கவும்.

ஒரு கிண்ணத்தில் வேகவைத்த பட்டாணி + உருளைக் கிழங்கு மலியவை போட்டு, துருவிய சேஸையும் கைசால் நன்கு மிதித்து அதனுடன் சேர்க்கவும். இஞ்சி - பூண்டு விழுது, மிளகாய்த் தூள், கரின் ஃப்ளவர் பவுடர், தேவையான உப்பு சேர்த்து நன்கு மிசையவும் (நீர் சேர்க்க வேண்டாம்).

கடையாக, பொட்டுக்கடலைத்தூள் சேர்த்துப் பிசைத்து, விரல் நீள வடிவமாக உருட்டிக் கொள்ளவும்.

எண்ணெயைக் காயவைத்து மிதமான தளையில் இரண்டிரண்டாகப் போட்டு பொல்விற்றாகப் பொரித்தெடுத்து தக்காளி சாஸுடன் பரிமாறவும்.

சூடான கீரின் பீஸ் 65 ரொடி!

- நிஸ்ஸா தேவி, திருச்சி



## உடல் நலம்

"பெரும்பாலும் சந்த  
கோகை எனப்படும் அனீமியா  
கிராமத்துப் பெண்களை அநீ  
கம் தாக்கும். பெண்கள் தங்கள்  
உடல் கலாநாத்தை அலட்சியம்  
செய்வதால், அவர்களுக்கு  
சிறுநீர்ப் பாதைத் தொற்று  
உண்டாகிறது. ஆத்திரைட்  
யில் மற்றும் ஆஸ்டிகியோ -  
பொரோஸிஸ் எனப்படும்  
எலும்புத் தேய்மான பாதிப்பு  
களும் அவர்களுக்கு ஏற்படு  
கிறது." - டாக்டர் பாலநாக  
நத்தினி, எம்.டி., கீழ்ப்பாக்கம்  
மருத்துவக் கல்லூரியின் உதவி  
பேராசிரியர்.



### கிராமியச் சிறப்பிதழ்

உணவு கொடுத்த பின்னரே,  
மிச்சம் பீதி இருந்தால்  
பெண்கள் உட்கொள்கிறார்கள்.  
எனவே, அவர்களுக்கு வயிற்றுக்குக்  
கிடைப்பது மிகவும் குறைவு"  
என்கிறார் டாக்டர் பாலநாக  
நத்தினி.

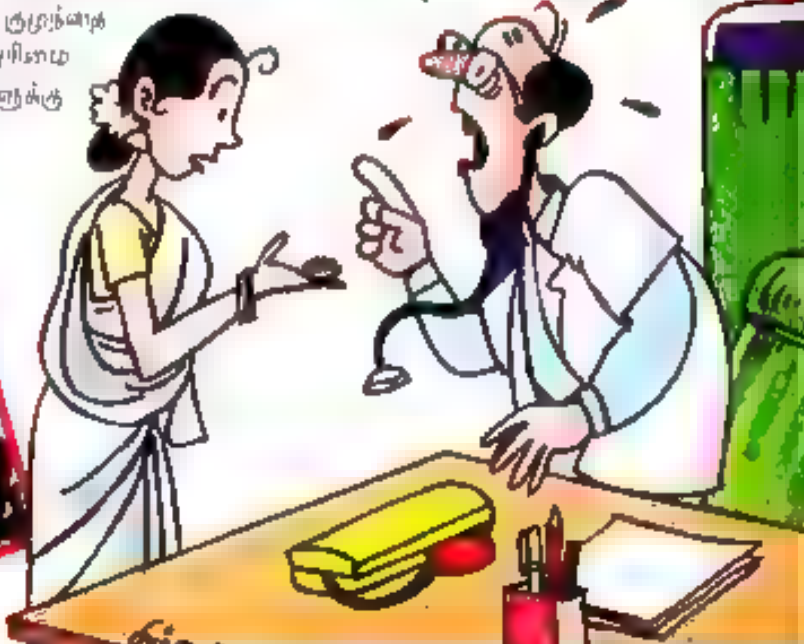
"ஆறு மட்டும்தானா?"

"எலும்புத் தேய்மான நோய்க்கு  
என்ன காரணம்?" என்று கேட்டோம்.

"கால்சியம் சத்துக் குறைவுதான்  
எலும்புத் தேய்மான பாதிப்பு உண்  
டாகக் காரணம். பொதுவாகவே  
மால்டிரிப்டரிஷன் எனப்படும் ஊட்டச்  
சத்து குறைபாடும் அதிகமாகப்  
பாதிக்கிறது. வீட்டில் குழந்தை  
களுக்கு முன்விரிசை  
கொடுத்து, அவர்களுக்கு

**அக்கறை  
இல்லாவிட்டால்  
அனீமியைத் தாள்!**

டாக்டர் பாலநாகநத்தினி



"கிராமங்களில், பெண்களுக்கு கருத் தரிப்பும் கருக்கலைப்பும் சில சமயங்களில் அவர்களின் ஆரோக்கியத்தைப் பாதிக்கிற அம்சமாக இருக்கிறது. அவர்கள் இதைக் கையாளும் முறை சரியானதாக இல்லை. அதனால் உடல் சோர்வடைந்து நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி குறைந்து, கருப்பை கீழ் இறங்கி விடுவதும் இவர்களிடையே அதிகமாகி வருகிறது."

"அனீமியா அல்லது ரத்த சோகைக்கு, அதிக ரத்தப்போக்கும் ஒரு காரணம். பெண்கள் தங்கள் உடல் ககாதாரத்தில், கவனம் செலுத்துவதில்லை என்பதால் இன்ஃபெக்ஷன் உண்டாகி, பின்னர் அதுவே புற்றுநோய் வரவும் வாய்ப்பாக அமைந்து விடுகிறது. எனவே மாத விலக்குச் சமயத்தில் பெண்கள் உடல் ககாதாரத்தில் கவனம் செலுத்தவேண்டும். பரம்பரையாகக் கையாண்டு வரும் முறையிலிருந்து மாறி, பாதுகாப்பான முறையை மேற்கொண்டால்தான் நோய்த் தொற்றைத் தவிர்க்க முடியும்!" என்கிறார்

டாக்டர் பாலநாகதத்தினி.

"கிராமங்களில் பெண்கள் வெறுங் கால்களுடன் நடப்பதும், பயன்படுத்தும் குடிநீர் சுத்தமாக இல்லாமலிருப்பதும், கொக்கிப் புழு போன்றவற்றின் உபாடைகள் வரக் காரணமாக இருக்கிறது. மேலும், அவர்கள் வேலை செய்யப் போகிற இடங்களில் பாதுகாப்பாக செருப்பை அணிந்து கொண்டு செல்ல முடியாது என்பதாலேயே, புழுக்கள் இவர்கள் உடலுக்குள் கால் வழியே சென்று விடக் காரணமாக இருக்கிறது.

இன்னொரு குறிப்பிடத் தகுந்த நோய் பாதிப்பு, கண்னங்களில் வரும் புற்று நோய். அதற்குக் காரணம், அவர்கள் புகையிலை உபயோகிப்பதும், அதை வாய்க்குள் அடக்கி வைத்துக் கொள்வதும் தான்."

"கிராம மகளிர் சொந்த உடல் ககாதாரத்தை, அவசியம் பெணிக் காக்க வேண்டும்" என்பதை வலியுறுத்திச் சொல்கிறார் டாக்டர் பாலநாகதத்தினி.

- எஸ்.வி.என்.

## தொழிலாளர்

**கேரீவை** - திருச்சி பாதையில் உள்ள குறுவார்தான் என்னோட கிராமம். பச்சைப் பசேல் ஊர். அங்கே இருந்த சி.எஸ்.ஐ. பள்ளியில்தான் படிச்சேன். ஒரு வசதியும் இல்லாத காலத்திலேயே, தாடகம் போட்டதைப்பெல்லாம் தினைச்சா ஆச்சர்யமாக இருக்கு. வாட்ச், சைக்கிள் எல்லாத்தையும் அடகு வெச்ச கிளையா போடுவேனாம். அப்பறம் ஒரு வாரம் வீட்டுக் பக்கம் தலைகைட்ட மட்டோம். திப்படி பெயல்லாம் துபாஸிதான் இயக்குதான முடிஞ்சது.



மணிவண்ணன்



**வாழ்க்கையில் முன்  
நேர நச்சுன்னு ஒரு கருத்து  
சொல்ல முடியுமா?**

- எம்.கே.அருள்ராஜா -  
முனியங்குறிச்சி  
சின்னத்தாங்க!  
நிஸ், கவலி, செல்!



**வரைவது சுலபம்?**

- விமல், காரைக்குடி  
செக் சரியா வந்தா, எஸ்  
லாமே ஈஸிதான்!

**தூங்கன் ஒலியத்  
துறைக்கு வந்தது எப்படி?**  
- காலிதாஸ்,  
சிதம்பரம்

**ஒரு சிறுகதைக்கான ஒலி  
யத்தை, எவ்வளவு தேரத்தில் வரைந்து  
முடிப்பீர்கள்?**

- ராமகிருஷ்ணன் - புதுக்கோட்டை  
இருபது அல்லது இருபத்தைந்து நிமி  
டங்களில்...

**உங்களு முதல் ஒலியம் பத்திரிகை  
யில் வெளியானபோது உங்களு மன  
நிலை எப்படி இருந்தது?**

- ராமசுப்ரமணி, திருவாரூர்  
சும்பாதிக்க ஆரம்பித்துவிட்டோம் என்ற  
தன்மையினை வந்தது. அப்பொழுது  
எனக்கு பதினைந்து வயது!

**பெண் ஒலியர்கள் அதிக அளவில்  
உருவாக வழி சொல்லுங்களேன்?**

- ராமகிருஷ்ணன், காயக்காடு  
ஒரே வழிதான். ஆண்களை ரசியுங்கள்!

பஸ் ஈஸிதான்!

**அமரர் கஜாநாவுடனான நட்பு  
எப்படி?**

- ஜெரினாகாந்த், சென்னை  
என்றும் இளமை! அவர் ஒரு மிகச்  
சிறந்த ஒலியர் என்பது பலருக்கும் தெரி  
யாது. பல வெளிநாட்டு ஒலிய புத்தகங்  
களை அவர் நினைவாக எனக்குக் கொடுத்  
து. நன்குமார். அவர் கொடுத்த புத்தகங்களில்



**பெப்பர் பாப்கார்ன்**

**தங்களுக்குப் பிடித்த  
உணவு?**

- மேகா,

திருவண்ணாமலை  
மீன், இலதீப்பாயசம்!

**யாருடைய கதைக்கு  
ஒலியம் வரைவது மிகவும்  
சிரமம்? யாருடைய கதைக்கு**







ஒரு சைலன்ட் ஜோக் ப்ளீஸ்?

-பருவதலர்ஜிவி, திருவேங்காடு

இது சிராமிய ரூபாயை காட்டுகிறீர்!  
பிழச்சிடுகிறீர்?

அவரே என்னோடு இருப்பதாக உணர்  
கிறேன்.

ஒலியர் என்றாலே ஒரு ஜோல்னா  
செய்யும் ஆழ்ந்த சிந்தனையுடன் கூடிய  
முகமும் ஞாபகம் வருகிறதே நீங்கள்  
எப்படி?

- கே.கிருஷ்ணவேணி, குடந்தை

கிரிமா படங்கள், வினம்பர படங்  
களுக்கென உள்ள ஸ்டோரி போர்ட் மற்  
றும் ஃபேஷன் டிஸைனிங் துறையில்  
பிரியாகவே உள்ளேன்.

கீல்கி, சாண்டில்யன் போன்றோரது  
நவீனங்களுக்கு ஒலியங்கள் தீட்டும் பேறு  
அமைப்பவிலாவையே என்று ஆதங்கப்

## பெண் என்பவள்

# ஒவியமா? சிற்பமா?

ஃபோட்டோவைப் பாருங்க.

பட்டதுண்டா?

தங்கள் சுவதெய்வம் என்ன?

- குமார், வேலூர்

அம்மா!

தாங்கள் நிரைத் துறையில் பணி  
பாற்றிய அனுபவம் உண்டா?

- மணி, திருச்சி

- சேகர், கள்ளக்குறிச்சி

ஒலியங்கள் தீட்டியுள்ளேன். கல்வியின்  
'இயாக் பூமி', 'பார்த்திபன் கலை' சாண்டில்  
யன் புத்தகத்தின் முகப்பு ஒலியங்களை  
வரையும்போது உள்ளம் மகிழ்ச்சி  
அடைந்தது.

காந்தி தாந்தாவின் பொங்கை வாய்

சிரிப்பு, மோனாலிசா ஆன்ட்டி யின் இதழ் பிரியாப் புன்னகை இரண்டில் எது ஸ்யாமின் சாயல்..?

- கோமதி, நெல்லை

மோனாலிசா புன்னகையில் பற்கள் தெரியாத வரை அழகு. காந்தியின் புன்னகையில் பற்கள் இல்லாமலே அழகு!

ஸ்யாம் சார்  
ஸ்யாம் என்பது  
தானே சரி?

- யாழ்வினி பர்வதம், சென்னை

தப்புகான் யாழ்வினி! ஆனா, அதுதான் எனக்கு சரி!

ஒலியம் என்பது சூட்சுமத்திரனின் வெளிப்பாடு என்பதால் எக்ஸ்ப்ரே கண்கள் என்ற விசேஷ அந்தஸ்தை ஒலியர்கள் அடைந்திருக்கக் கூடுமா?

- ஆர்.ஜி.காயத்ரி, திசையன்விளை

எக்ஸ்ப்ரே கண்கள் இல்லீங்க, எக்ஸ்ப்ரே கண்கள்!

'மேலும் மேலும் கோடுகள் போடு அதுதான் ஒலியம்.' இப்படி ஒரு பழைய சினிமா பாட்டு உள்ளதே! ஒலியம் வரைவது அவ்வளவு எளிதா?

- ஹேமா, சென்னை

அது லே-அவுட் ஆர்டிஸ்ட்-ஐ பற்றிய பாடல்.

நிர்வாணம் என்பது புனிதமா? ஆபாசமா?

- அனில், தென்குமரக்காடு

'சரவணபெலகுலா'வில் கோமதேஸ்வரரின் சிவையைப் பார்த்திருக்கிறீர்களா அது புனிதமாகக் கருதி பூஜிக்கப்படுகிறது. அதே சிவைக்கு உள்ளாடை போட்டால்



ஆபாசமாக தெரியும்.

ஸ்யாமுக்குப் பிறகு புதிய ஒலியர்கள் யாரும் அறிமுகமாக வில்லையே என்வ காரணம்?

- கவிதா, கோவை

என் மூத்த ஒலியர்

கம் பளர், கம் புள்

உள்ள பாஷைகளைக்

கஷ்டப்பட்டுக் கூட்டு

வந்தார்கள். அதே

பரஸ்தைய எவர்க்கு

பி சுத்துப்படுத்தியிருந்தார்

கள். நான் எளிதில் வளர்ச்சியடை.ய இது

ஏன் அது காரணம். இனி வரும் ஒலியம்

கவற்கு கவலைப்படாதயாவது பட்டுக்

கம்பளம் விரித்துத் தயாராக இருக்கிறது.

உங்களது ஸட்சியம் எதன் அடிப் படையில் உள்ளது?

- உமா, பழனி

எல்லாவிடம் அடிப்படையில்.

தீங்களுக்கு முதல் பத்திரிகை ஒலியம் எந்தப் பத்திரிகையில், யாருடைய கனதக் காக, எப்போது பிரசுரிக்கப்பட்டது?

- சாந்தி சுந்தர், சின்னசெயம்

பேசும் படம் நிறுவனத்தின் 'மூலம்'

மாக இதழில் ஒலியம் வரைந்தேன்.

ஆனால் முதலில் வெளிவந்தது தர்பேஷ்

குமார் என்றதே 'ஆகஸ்ட் அதிர்ச்சி' என்ற

பத்து வார (1990 வகுடம்) தொடர்கதை -

நான் சென்னை வந்த நான்காவது நாளில்.

குமுதம் வார இதழில் இந்த வாய்ப்பு

எனக்குக் கிடைத்தது. குமுதம் ஆசிரியர்

என் மேல் நம்பிக்கை வைத்து இந்த வாய்ப்பைக் கொடுத்தார். அவருக்கு என் நன்றி!

பெண் என்பவள் ஒலியமா? சிற்பமா?

- சத்யநாராயணன், அயன்புரம்

பேரினம் ஒலியம்; பேசாவிட்டால்

சிற்பம்!

# ஐரோடு இருகிடு... பஸ்க் இஸை!



**கிராமியச் சிறப்பிதழ்**

**கிந்த நூற்றாண்டை  
கிப்படியுமா?**  
என அதிர்வைதூண்டி  
நாம் விஸிட் அடித்த  
ஈரோடு, திண்டுக்கல்  
சுற்றியுள்ள  
கிராமங்கள்!

\* ஒன்றுபட்ட  
போராட்டம் -  
சிக்கரணப்பாளையம்



\* ஆர்.ஜே.ராஜ்



\* ஜெயபெய்க்காமி



\* சிவசாமி

"கொண்டிப்பநாயக்கன்  
பாளையம் கிராம ஊராட்சிக்கு  
உட்பட்டது எங்கனோட பளிஞ்  
ஞர். இந்தப்பக்கத்தால நாய்க்  
ரொம்ப வருசமா குடிசை போட்  
டிருக்கோம். தாழ்த்தப்பட்ட  
வங்க வசிக்கற எடம்ங்கறதைய  
லயே எங்க விரிப்பவுக்கு எந்த  
நல்லதும் வர்றதில்லை. இங்  
கேருந்து ரெண்டு கி.மீ. தூரம்  
கொண்டிப்பநாயக்கன்பாளையம்,  
அங்கத்தான் ஸ்கூலர்.

"இடையில ஒர் ஒடை  
ஒண்ணு மறை பெய்ஞ்சா இருப்  
பளவு தண்ணி ஓடும். இதுல  
வேடிக்கை என்ன தெரியுமா?  
காலைல புன்னாங்க ஸ்கூலுக்  
குப் போயிருக்கும். மதியாவம்  
மறை பெய்ஞ்சதுன்னா, புன்  
னாங்க அந்தப் பக்கமே நின்று  
டும். நாங்கபோயி புன்னாங்  
களை தோள்ல ஒக்கா வெச்சு,  
இந்தப் பக்கமா தூக்கிட்டு

வருவோம். ஒடையில  
நண்ணி ரொப்ப போனா  
ஸ்கூலர் கூட. எங்களுக்கு ரோடு  
வேணும். அந்த ஒடைக்கு குறுக்  
கால மாப்பாய்வமாவது. அனாமக்  
கேரத்தூர்" எங்கிராப் பளிஞ்  
ஞர் ரொமத்தின் சபகமணி.

ஒரு ஊருக்கு ரோடு போட்  
டுட்டா மட்டும் பத்தாது. அது  
மேல் பஸ்க் ஒடி வரணு  
முங்கோ. அதெல்லாம் கம்மாய்  
காச்சம் பணம் சுருட்டுற  
வெலைங்கோ. ரோடு போட்  
டோம்னு சொல்லிப்பட்டு ஒட்  
டுக்கு வந்து நிக்ரு சமாச்சாரம்.  
எங்க ஊரு ரோடு ஐ கிளாஸ்.  
பஸ்க் தோ கிளாஸ்!" என்று  
நையாண்டி மறைத்திருக்கும்  
கோபத்துடன் குறை சொல்

**கிராம அவலம்**

கிவ்நவர் அம்மாபாளையம் கிராமத்திலார். சூப்பர் ரோடு வரவும் அம்மாபாளையம் கிராமம், தற்போது சுஸ்தூரி நகர் என மாற்றம் பெற்றுள்ளது.

"பேரு மாழி என்னத்த பிரயோசனம்? ஊரு எதுவும் மாறல. எங்க ஊரைச் சுத்தி நல்ல தார் ரோடு, பஸ்க் காலைய ஒவ்வூறு, சாயந்திரம் ஒவ்வூறு, பஸ்க் ரிப்பேரு இல் லாட்டி டயர் பஞ்சுச்சுறு வெச்சுக்கங்க, அன்னைக்கு அம்பேல்தான், அந்தக் வகுப் புக்கும் சேர்த்து ஒரு டீச்சர், என்னமோ ஓராவிரியர் ஒரு பள்ளிவ்ஹு சொந்தாங்க, பஸ்க் வரவவவ்ஹு வெச்சுக்கங்க, அன் னைக்கு ஸ்கூல் கீவு, வேற வழியே இல்லையா!" என்கிறார் சண்டுகப்பரியா.

"சுஸ்தூரி நகரில் நூறு வீடுங்க, அதை யாருக்காவது சீக்கு பிணின்னா சத்தியமங்க் கலம்நான் போயாகலாம். இங்கேருந்து அது பதினான்கு கி.மீ. தூரம், எங்க ஊர்சேர்ந்து நாலு கி.மீ. நடந்து போயி பஸ்க் யரி சத்தியமங்கம் போய்ச் சேரலாம். திரும்பி வரும்போதும் இதேதான். லேட் டாச்கள்ளா, இருட்டுல நடந்துதான் வர ணும். இதுவ மாஸ்பொழுதுக்காகி (காப் பிணி)ன்னா, ரொம்ப கஷ்டம். சத்தியமங் கலத்துலேந்து, பிஞ்சைமேடு வழியா சுஸ்தூரி நகர் வந்து பிச்சுட்டவு, கொத்தமங் கலம் வழியே பவானி சாகர் டேம் வரைக் கும் பஸ்க் விடணும். அதனால எங்க ஊரைச் சேர்த்து பதினான்கு ஊரு சனங்க பலன் அடைவாங்க!" எனக் கூறுகிறார் கைக்குழந்தை சாவத்திருக்கும் சிவசாமி.

சத்தியமங்கலம் - மைசூர் தேசிய தெருஞ்சாலையில் எட்டு கி.மீ. தூரத்தில் கிச்சரசம்பாளையம் கிராமம், சத்தியமங் கலம் ஊராட்சி ஒன்றியத்தில் பெரிய பஞ்சாயத்து இது. வாக்காளர்கள் மட்டும் 6,800. அரசு உயர்நிலைப் பள்ளி, துவக்கப் பள்ளி, நாள்கு இடங்களில் ரேஷன் கடை, என்ன இருந்து... என்னா பிரயோசனம்?



■ "எப்ப வியும்?" - பளிஞ்சு மகள்

வகுத்துவ்வா ஆங்காங்கே சுத்தி எசைப்ப, மூக்கைப் பொத்திவிட்டுத்தான் போய் வருறோம்.

"ரிக்கரசம்பாளையம் பல பகுதிகளா பிரிஞ்சு கிடக்கு. ஒவ்வொரு பகுதியிலையும் எது இருக்கோ இல்லியோ கட்டாயம் ஒரு முள்ளுக்காடு இருக்கும். அதுக்கு தனித் தவியா ஒத்தையடிப்பதை ரெண்டு இருக் கும். அந்த முள்ளுக்காடுங்கதான் எங்க ஊரு சனங்களுக்கு நிரந்தர சுழிப்பிடம். ஒரு ஒத்தையடிப்பதை பொம்பளைங்கலுக்கு, இன்னொன்று ஆம்பளைங்கலுக்கு, இந்தக் கூடார சீர்கேட்டடிசுருந்து எங்களுக்கு எப்போ விடிவு பொறக்கும்ஹு தெரி யலையா!" என்கிறார் ஜெயலெட்சுமி.

ஐந்தாண்டுகளுக்கு முன்பு மகளிர் சுகாதார மையம் ஒன்று கட்டித்தரப்பட்





டுள்ளது. அது பயவற்று பாழடைந்து, சுற்றிலும் முட்புதர்கள் மண்டிக் கிடக்கிறது. "கடுகாட்டுக்கு பக்கத்தில் அது இருப்பதால், ஆரம்பத்திலிருந்தே, கிராமத்துப் பெண்கள் அதைப் பயன்படுத்தச் செய்வ வில்லை. பொருளம் வரிகூகிட்டு இருக் கும், எப்பிடி அதுக்குப் பக்கத்துவயே போயி பொம்பளைங்க மவறலாம் சுழிக் கவோ, துணி துவைச்சிட்டு குளிச்சிட்டு வாளோ முடியுமா" அதான் அது பாழ டைந்து போச்சு.

தனி நபர் சுழிவறைக்கு ஆயிரத்தைந் துறு ரூபா அரசு தருது. ஆனா, பத்தாயிரம் ரூபாய்க்கு மேல செலவாகும். அதனால தனி நபர் சுழிவறைத் திட்டமும் எங்க ஊர்ல தோத்து போச்சு. முள்ளூக்காடு சுழிப் பீடம் ஜெயெக்க போச்சு. போன வருசம் எட்டாம் வகுப்பு படிச்சிட்டு இருந்த புனி தன்னு ஒரு பொண்ணு, இதெப் போய்

ஒரு முள்ளூக்காட்டு உள்ளே தான் பாலியல் பலாத்காரம் ஆகி செத்துப் போயிட்டா. இன்ன மும் குற்றவாளிகளைக் கண்டுபிடிக்கலை.

"பொம்பளைங்க முள்ளூக்காட்டுப் பக்கம் அவசரத்துக்கு ஒதுங்கினா, பல தேரங்கல்ல பாலியல் முயற்சி தொந்தரவு கூறுக்கும். ஆளாநிடுறாங்க. எவ்வியே செய்வ முடியல. மண்ணையர் மவர் மூல மாவது எங்க ஊரு பொம்பளைக்களுக்கு வீடியோ பொறந்தா தண்ணா" என்னிறாச் சிக்கச்சம்பலானதாப் கிராம மகளிர் கய உதவிக்குறக்களின் கூட்டமைப்புத் தலைவி ஆர்.ஜானகி.

இன்புக்கல், ஒட்டன்சத்திரம் சுற்றி யுள்ள கிராமங்களில் ஒரு விஸிட் வந்த போது, அதிர்ச்சி தரும் பல விஷயங்கள் காதுல் விழுந்தன.

"பல வருஷமா கஞ்சா, அப்சன், போதை ஊசி மாடுறியான போதை மருந்துகள் ஹெம்ப அதிகமா எங்க ஊர் மக்களை சோழிச் சுக்கிப்பருக்கு. இங்க இருக்கிற அரசாங்கப் பள்ளிகளோட வாசலியே இதெல்லாம் சர்வ சாதாரணமா கிடைக்குதுங்கிறதனால், பதினாறு வயசுலேயே போதைக்கு ஆளா மிடுறாங்க. கஞ்சா தூவா ஆம்ஸ்ட்ரெல் கூட தூவி சரப்பிட்டுட்டு, 'சாக்கு' அடிச்சுட்டு தூங்கிற ஆம்பளைங்க இருந்தா, அந்த வீடும் கிராமமும் எப்படியிருக்கும்?"

பெண்கள் சுத்துவட்டி பிடியில தவிர்க் தாங்க. இது எல்லாமே அரசியல் பலத் தோட நடக்கறதனால, எந்தப் புகார் கொடுத்தாலும் உள்ளூர் போலீஸ் கன்ஸ்டிக் கூறவில்ல. சம்பந்தப்பட்ட குடும்பமே, "போய் அடிச்சுடுங்க. யாரோ குலியாம் வெச் கட்டாங்க!"னு விஷயத்தை மூடி மறைச் சுடறாங்க. பெண்கள் நல அமைப்புகளும் தொண்டி நிறுவனங்களும் அதிரடி முயற்சி செய்ததான் எங்களுக்கு விடிவுக்காயமோ" என்கின்றனர் இந்த கிராமத்து மக்கள்.

கட்டுரை, படங்கள் :

**பூரங்கம் திருநாவுக்கரசு**



கிராமியச் சிறப்பிதழ்

‘கிராமங்களில் நான் ஒருவனாய்’ என்ற மகாநய  
கிராமங்களில் நான் என்ற? அவை கிராம  
உயிர்ப்புக் கிருக்கிறதான என்று நமது  
வாசகர்களின் கோபமாய், மனவெழுப்பல்களில் ஆக்கித்த  
வாழ்வு, கிராம உயிர்ப்புப் பற்றி பார்க்க தீர்வு வழங்கின

கிராமியச் சிறப்பிதழ்

# கிராமங்கள் / உயிர்ப்போ

ஆம்

பாரதி பாஸ்கரின் தீர்ப்பு :

‘கிராமங்களில் உயிர்ப்பு இருக்கிறது’  
என்றும் ‘இல்லலை’ என்றும் வாசகர்கள் எழு  
தித் தள்ளியிருக்காங்க. மங்கையர் மலர்  
வாசகர்களின் கிரியேட்டிவிட்டிக்குக் கேட்  
சுணுமா? புத்திசாலித்தனத்தோடும் உயிர்ப்  
போடும் எழுதியிருக்காங்க?

“நம் வாழ்வு - மனிதன்: இயற்கை  
சமுதாயம் என்ற முக்கோணத்தில் நடந்  
கிறது. மனிதன் சமுதாயத்தைச் சார்ந்திருந்  
கிறான். சமுதாயம் இயற்கையைச் சார்ந்  
திருக்கிறது” என்று சீதா சங்கர் எழுதி  
யிருப்பதில் சிந்தனை வலிமை தெரிகிறது.  
‘விண்ணதிலங்கள் எல்லாம் வினை நிலங்  
களாகிவிட்டன’ என்று வாழ்வையில் வினை  
யாடும் எம்.லக்ஷ்மி, ‘குடும்பத்தில் ஒரு  
விவசாயி சுட்டாயம் இருக்க வேண்டும்’  
என்று சட்டம் போடும் நினைவு வரும் என  
பயமுறுத்தும் குமாரி சுந்தர்.

‘சாதி, மதம், அரசியல்’ இவை பட்  
டிருக்கு கிராமங்கள்’ என்று உண்மையை  
உடைக்கும் லலிதா சுப்ரமணியம். இப்படி  
எத்தனை கருத்துக் கருவுலங்கள். (நல்ல  
வேளை இவங்கல்லாம் இன்னும் பட்டி  
மன்றம் பேச வரலை. வந்தா நமக்கு  
சிக்கலாயிருக்கும்)

கேட்டிக் கழிச்சப் பார்த்தா உயிரோடு

மங்கையர் மலர் ஜூலை 2009

எஸ்.லக்ஷ்மி, வைத்தீஸ்  
வரன் கோயில்

கிராமங்கள் உயிர்ப்  
போடு இருக்கிறதாலதான்  
உணவு பற்றாக்குறை இம்  
வாய் இருக்கோம். அன்பு, அரவணைப்பு,  
ஆதரவு, உதவும் மனப்பான்மை கிராமத்து  
மக்கள்கிட்ட இருக்கு. இன்னிக்கும்  
கிராமத்துக்குப் போகும்போது அவங்க  
எல்லாருமே கிராமவாசிகளுக்குரிய பண்  
போடு தான் நடந்துகொள்வார்கள். இதை  
விட என்ன சாட்டு வேணும்?”

சீதா சங்கர், ஆதம்பாக்கம்

நம்முடைய வாழ்வு, மனிதன்-இயற்கை-  
சமுதாயம் என்ற முக்கோணத்தில் நடந்  
கிறது. மனிதன் சமுதாயத்தைச் சார்ந்திருந்  
கிறான். சமுதாயம் இயற்கையைச் சார்ந்  
திருக்கிறது. விஞ்ஞான வளர்ச்சியில் மனி  
தன் உயரே பறந்துவரும் இயற்கை என்றும்

தவரையில் இறங்குவது  
நிச்சயம். உயிருள்ள  
வற்றால்தான் மற்ற  
வற்றை காக்க முடியும்.  
அப்ப கிராமங்கள் இன்  
னும் உயிர்ப்போடு  
தானே இருக்கு?







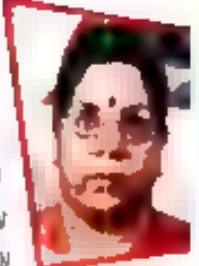
**விசாலாட்சி,  
கோயம்புத்தூர்**

கிராமங்கள் முப்பது  
சதவிகிதம் உயிர்ப்போடு  
இருக்கு. மழை அளவு  
குறைஞ்சதாவ, மக்கள்  
வெயில்வ சுடுமையா உழைக்க விரும்பற  
தில்ல. தினமும் நகரத்துக்கு வந்து வேண்ட  
பார்த்துட்டு நாகரிக முகமடையை மாட்  
டிக்கிட்டு கிராமத்துக்குப் போறாங்க. அத்  
தச் சதவிகித அளவு மேலும் குறையாய்  
பாத்துக்கிறது நம்மகிட்ட இருக்கு.



**அன்னபூணி,  
பெங்களூரு**

கிராமத்திலிருப்பவர்  
களைப் போல நம்மால்  
உழைக்க முடியாமல்னு  
கேட்டா முடியாதுன்னு  
தான் சொல்வோம். வேலை செய்ய அஞ்  
சாததால்தான் அவங்களைச் சுற்றி ஆரோக்  
கியமும் இருக்கு. கிராமத்துக்குப் போனா  
அத்தப் பசுமையான இடத்தைவிட்டு  
வாவே போசிப்போம். கிராமங்களின்  
உழைப்புதான் தகரவாசிகளின் உயிர்மூச்சு!



சாப்பிடக் கூப்பிடலாமா வேண்டாமான்னு  
எல்லாருக்கும் தயக்கம். ஒருவேளை, சாப்  
பாடு நமக்கே போதலைன்னா என்ன செய்  
யறதுன்னு பயம். கடைசியிலே, மிச்சம்  
இருந்தா கொடுக்கலாமனு முடிவு செய்  
தாங்களாம். ஆனால், அத்த மனிதனோ முகம்  
தெரியாத இவர்கள் அத்தனை பேருக்கும்  
எவர்சில்வர் தூக்கு நிறைய மோச கொடுத்து  
உபசரிச்சாராம். அதுதான் கிராமத்துப்  
பண்பாடு.

இன்னறக்கு? இதெல்லாம் பெரிய அள  
வில் சேதாரம் ஆகிவிட்டது. கிராமங்களில்  
கட்டுமானங்களை நாம் உறுதிப்படுத்த  
வில்லை, பொருளாதாரத் தள்ளிவைவை  
உருவாக்கவில்லை. கல்வியைக் கொடுக்க  
வில்லை, ஆனால் அரசியல், சாதிசங்க  
கொடிகளைக் கொடுத்திருக்கிறோம்.

**ஆரம்ப ககாதார நிலையம்கூட இல்**  
**லாத கிராமத்திலும் இன்று மொண்டப் ரீகண்டு**  
**காட்டு கிடைக்கும். பள்ளிக்**  
**கூடம் இருக்காது. ஆனால் பெப்ஸியும்,**

பெப்ஸோடெண்டும் இருக்கிறது. கிராமங்  
களில் தகர மனிதர்கள் போல வாழும்  
ஆசையை வளத்துவிட்டோம்.

விவசாயம் படுத்ததற்குக் விளைச்சல்  
குறைவு என்பது மட்டும் காரணம் இல்லை.  
விவசாயி மதிக்கப்பட வேண்டிய வன் என்று  
ஒரு தலைமுறைக்குக் கற்றுத் தராத நம்  
கல்வியும்தான்.

**கோமா** நிலையில் உயிர் வாழும்  
தோயாளி மாதிரி, இன்னமும் கொஞ்சம்  
மனித நேயமும் உழைப்புக்கு அஞ்சாத  
தேனமயும் கிராமங்களில் இல்லை. உயிர்ப்  
புடன் இருக்கின்றன. அவற்றையாவது  
மதுபைக்க குறைந்த பட்சம் முயற்சி எடுக்க  
வேண்டியதன் அவசியத்தை 'மங்கையர்  
மலர்' நமக்கு சுட்டிக் காட்டியிருக்கிறது.

மனைட்சியைத் தட்டும் நல்ல முயற்சி.  
ஆனால் நம்மைச் சுடும் உண்ணம்? கிரா  
மங்களில் இன்னும் கொஞ்சம் உயிர்  
இருக்கிறது? ஆனால் இயல்பான உயிர்ப்பு  
இல்லை!

**எங்கும்கூட, சென்னை**

நாம பண்பாடு, சுரூபம், இயற்கை வளம், கூட்டுக்குடும்பம்னு  
ஒவ்வொண்ணா இழந்துட்டு வர்தோம். பெரியவங்க வழிகாட்டு  
தல் இல்லாம, பல சிக்கலுக்கு உள்வாசி ஒருத்தருக்கொருத்  
தர் மன சஞ்சலத்தோடதான் வாழ்தோம். இதற்கெல்லாம்  
காரணம் நாகரிகங்கிற போர்வைதான்!





# மங்கையர் மலர்

## சீஞ்சு கைக்க கட்டுதல்?

**உங்க பிடிபட்டோ பிரசுரமாகும்!**

நமது வாசகியர் தங்கள் சொந்த ஊர்களில் (கிராமங்களில்) உள்ள உறவினர்கள் பேரில் சந்தா கட்டலாம். அவர்கள் மூலம் மங்கையர் மலரின் அருமை மற்றவர்களுக்கும் தெரியும்.

- மு. ஜான்ஸீராணி, சென்னை - 50

'மங்கையர் மலர்' ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும்கூட பயனான இதுயப் பூர்வமான வாழ்த்துகள், கிராமத்தில் உள்ள தெரிந்தவர்களுக்கு நண்பர்களுக்கு பரிசளிக்க சந்தர்ப்பம் கிடைக்கும்பொழுது 'மங்கையர் மலர்' இதழுக்கு ஓராண்டு சராண்டு சந்தா கட்டி பரிசளிக்கலாம். (இடியா ஓ.கே.வா!)

- என்.பாலகிருஷ்ணன், மதுரை



**நிராமப்பறையில்  
மங்கையர் மலர்!**

'மங்கையர் மலர்' படிக்கும் ஒவ்வொரு வாசகியும், கிராமப்புறத்தில் இருக்கும் தனது தோழிஉறவினருக்குச் சந்தா கட்டியிட்டால், ஒரு வருடம் படித்த குடி அவர்களை விடாது. சிறுது அவர்களே வாங்கிப் படிக்க ஆரம்பித்து விடுவார்கள்.

- சூர்.எஸ். லக்ஷ்மி, மதுரை-20

ஒவ்வொரு நகரத்து வாசகியும், தங்கள் கிராமத்துத் தோழிகள் மூன்று நாள்கு பேரை ம.மலர் சந்தாதாராக அவர்களைச் சேர்த்துவிட்டால் ஏதேனும் பரிசுகள் மூலம் ஊக்குவிக்கலாம்.

- ஜேகா, கும்பகோணம் - 1

மே 2008 'ஒரு வார்த்தை' பகுதியில், என்ன செய்தால், மங்கையர் மலர், கிராமப்புறங்களுக்குச் சென்று அடையும் என்று நமது வாசகியரைக் கேட்டிருந்தோம். வந்து குவிந்த ஆலோசனைகளில் உடனுக்குடன் நாம் செய்யக்கூடியதைப் பிரசுரித்துள்ளோம்.

'சந்தா பரிசு' தவிர, இன்னும் தெரிவிக்கப்பட்ட பல நூறு வாசகியரின் அற்புதமான யோசனைகளுக்கு எங்கள் நன்றிகள் யோசனைகளை ஒவ்வொன்றாக அனுப்புவோம்.

கிராமப்புறத்தில், புறநகரில் வசிக்கும் உங்கள் தோழி/உறவினருக்கு மண்ணகயர் மலர் சந்தா கட்டுங்க. வட்டு வட்டாச நான்கு விஷயங்களை நாங்கள் தருகிறோம்.

மகிழ்ச்சி வட்டு:

**மணம் மகிழ... பயன் பெற... 'சந்தா மரிக' அலியுங்கள்!**

சலுகை வட்டு:

**500/- ரூபாய் மதிப்புள்ள இரண்டாண்டு சந்தா 350/- ரூபாய் வட்டுமே**

பொலஸ் வட்டு:

**சந்தா கட்டும் உங்கள் முகவரியை 'லக்கி வட்டு' பகுதியில் பெயர், விவரம், சந்தா பெறுபவரின் தகவல்களுடன் பிரகடனாகும்.**

சர்ப்பரைஸ் வட்டு:

**சந்தா கட்டுபவருக்கு ரூ.35/- பெறுமானமுள்ள அனுராதா ரமணன் 'கை நிறைய பூ' புத்தகம் அன்பளிப்பு.**

என் தோழி/உறவினருக்கு சந்தா அனுப்புகிறேன்:

அனுப்பும் நோக்கம்:

அவரது முகவரி :

பேன்

சமெயில்:

எனது முகவரி :

புகைப்படம்  
ஒட்டவும்

எனது சந்தா எண்(நாங்கள் சந்தாதாராக இருந்தால்)

பேன்

சமெயில்:

சந்தாவுக்கான தொகையை மண்ணகயர் மலர் என்ற பெயருக்கு டிமாண்ட் டிராப்ட்/மணியாட்டர் அல்லது சென்னை காகேரவையாகவோ அனுப்பி வைக்கவும். அனுப்ப வேண்டிய முகவரி

சங்குலேஷன் மாணேஜர், மண்ணகயர் மலர், கல்வி பிங்டிங்ஸ்,

47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, சக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032

# மங்கையர் மலர்

பக்கம் 09  
பண்டிகை  
பெண்-1



**பண்டிகை  
ஸ்பெஷல்களின்  
அணிவகுப்பு  
ஆரம்பம்!**

**வாசகியர்  
ஆரவாரமாகப்  
பங்கேற்றுச்  
சிறப்பிக்கலாம்!**

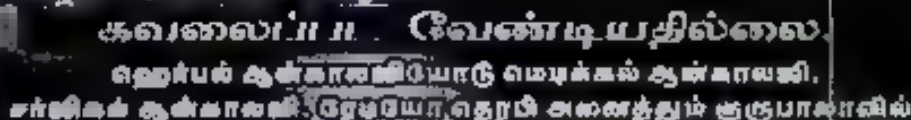
**புஷ்பா தங்கதுரை  
எழுதும்  
புத்த சிறுகதை**



**உங்கள் அபிமான குட்டி புக்கில்  
ஆடி அமார்க்களம் 64!**

ஆடி கிருத்திகை முதல் கிருஷ்ண ஜெயந்தி வரை  
உள்ள எல்லா ஆடி மாத விசேஷங்களைப்  
பற்றியும் எழுதி அனுப்புங்க.

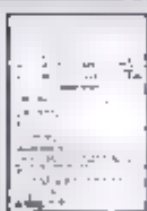
# കേൾക്കൂ! വേഗത്തിൽ?



### Radical Treatment

**Pool Chemist /  
Radiotherapy  
Technician**

மாண்புமிகு உறுப்பினர் பி.எஸ்.சுப்பிரமணியம்: கீழ்க்கண்டவாறு.



### After 37 days: Herbert Oncolap

**Keywords:**

[illegible]

## CA PANCHEAS



Laboratory: 1000  
 CT Room  
 Date: 01/18/01

மேலேயுள்ள செய்தி 31  
நவம்பரில், காண்க-பதிவிற்பனை  
நாளை (அன்று) பிற்பகல் 01.00.00  
வரையில் CT Scan 01  
29mm x 23mm இல் கிடைக்கிறது.  
மேலேயுள்ள செய்தி 31-நவம்பர் முதல்  
பிற்பகல் 01.00.00 வரையில் CT  
Scan 01 Liver Normal இல்லாமல்  
காண்க-பதிவிற்பனை நாளை (அன்று) பிற்பகல் 01.00.00

## CA: BREAST TO LUNGS

மொத்தம் பரந்திரம், பரந்திரம், பரந்திரம், பரந்திரம், பரந்திரம்



**Unknown Treatment**  
NODULAR OPACITIES  
BEEN IN BOTH LUNG  
FIELDS METASTATIC  
DEPOSITS

Client Name Date of birth

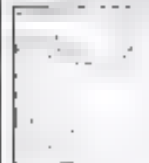


After 6th day:  
Herbal Chocolate  
NORMAL  
SLUDGY

Chest X-ray  
Date: 05/08/08

சிறைகளில் சிறப்பு 43 வயது பெண்மணிக்கு எதிர்ப்புதெர்த்து துரத்திவிட்டது. ஸ்தலம் ஸ்தலங்கள் தெரியாத சந்தர்ப்பத்தில் சிறைகளிலுள்ள எல்லா பெண்கள் ஸ்தலங்கள் தெரியாத எதிர்ப்பு தரவில்லை X-ray மூலம்.

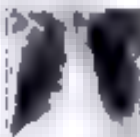
GLIOMA



**NORMAL STUDY**  
**APRIL 1964**  
 From 11 to 20 years

(காண்க-அ. 301)  
98 கலத்திரம் 6  
சென்னைக்கு தெற்கில்  
தொண்டியூர்  
விநாயகபுரம்  
Gloria தம்பையர்  
வி.வ. மது. காப்பி  
சி.ஜே.எல்.  
தந்தையார் சோமசுந்தரி  
சென்னை - சென்னை

## CA BREAST TO LUNG BONES CA PECTUM WITH IYI IYI MI 1

[illegible][illegible]

CEA 8160  
Type 43 Drive  
CEA 120

അനുസരിച്ച്, വേർതിട്ട 30 സെന്റർമീറ്റർ  
അളവിലെ ഏറ്റവും കൂടിയ തൂക്കം താഴെ  
CEA എസ്. THOMSON MARKER TEST 8300  
എസ് മോഡൽ 47 ന്റെ വേർതിട്ട ഓട്ടോമേറ്റിക്  
ഫിഫ്തേഴ്സ് സ്റ്റേറ്റ് 150 മെഗാപൈക്ക് എം.പി.

ஊத விடப்பட்ட கேள்வியா ? தவணை வேண்டாம்

[illegible]

கேள்வர் என்னுடைய தொழிலாளர் நோயாளிகளின் அடிப்படை வசதிகளை  
 மேம்படுத்த அரசு எடுக்கின்ற நடவடிக்கை என்ன?

Royale Apartment, 5, Manner Reddy Street,  
(Opp. Street to T Nagar Bus Terminus)  
T Nagar, (Next to Krishna Rao Theatre),  
Chennai - 600 017

**Weekdays: 10.00 am to 5.30 pm, Sunday Holiday**  
**Clinic: Ph: 044-2439996, 2430826**  
**Cell: 99498 58345**

**NO  
METALS  
MERCURY  
STERIOD  
POISON**

**FROM THE MOUNTAINS**

**Gurubalaa<sup>®</sup>  
Clinic**

Specialty Clinic for  
Herbal Oncology and Aromatherapy

**Treatment given by Qualified & Experienced Doctors**  
**We have no branches**





# Oil pulling

Very Easy



|  | 1 கனம்<br>12 மாதம்<br>X<br>30 நாட்கள் | அதிகப்ப. விலை<br>Rs. 840 | சுத்தம் விலை<br>(Rs. 160) |  | Rs. 480 |
|---|---------------------------------------|--------------------------|---------------------------|---|---------|
|  | 2 கனம்<br>6 மாதம்<br>X<br>30 நாட்கள்  | அதிகப்ப. விலை<br>Rs. 420 | சுத்தம் விலை<br>(Rs. 180) |  | Rs. 240 |

பெறுதல்: ரூபாய் (-----) ரூபாய் Bank -  
 பெயர்: Cheque / D.D No. -----  
 பெயர்: -----  
 முகவரி: -----  
 பெறுவதில்லை: -----  
 கையொப்பம்: -----

**அத்யம் ஓய்யம் நுகர்வரி**  
**V.V.V & SONS EDIBLE OILS LTD.,**  
 442, Bazaar, Virudhunagar - 625 001  
 E-mail: [thiruvse@idhayam.com](mailto:thiruvse@idhayam.com) | Mobile: 98410 42368

ததகம்-2 ஁ள்ளும ஁ங்களுடன்

஁லை 2009

# மங்கையர் மலர்

தீரு ம ண ம லர்

மணமக்கள்:  
஁யர்க்கா-திர஁ந்த

஁ருவர் மீது!  
஁ருவர் சாயந்தது...

# மாப்பிள்ளைகள் மாம்பு புண்ணைக்!



தடைபெற்றது. தண்ணீருக்குள் இருந்த கத்தி, பாலாடை இரண்டையும் எடுத்து எண்ணெயில் வைத்து லிட்டர் எண்ணெய் நூலும் எகையை விவளியே எடுக்க, சுற்றியிருந்தவர்கள் எல்லோரும் 'பெண்தான் சமத்து' என்று மாப்பிள்ளையைக் கிண்டல் செய்தனர்.

திருமணம் முடிந்த அடுத்த நாள், "ஏன் நீங்க எடுத்துட்டு என் எகையில் கொடுத்தீங்க?" என்று கேட்டபொழுது பதில் சொல்வாமல் சிரித்து வைத்தார். எனக்கு அப்பொழுது புரியவில்லை.

என்னுடைய பிடிவாத குணத்தை அப்போதே அறிந்து வைத்திருந்தாரோ என்னவோ. என்னையும் நாலு பேர் மதித்து, பாராட்டும் அளவுக்கு பல விஷயங்களிலும் லிட்டர் கொடுத்து என்னை உயர்த்தி லிட்டர். இப்பொழுதுதான் அவரது சிரிப்பின் மர்மம் புரிகிறது.

- விமலா பத்மதாபன், சென்னை

எனக்குத் திருமணம் முடித்து பத்து வருடங்கள் ஓடிவிட்டன. எங்கள் வழக்கத்தில், திருமணச் சடங்கில் பானைக்குள் தண்ணீர் ஊற்றி அதில் கத்தி, பாலாடை போன்றவற்றைப் போட்டு மணமக்களை எடுக்கச் சொல்வார்கள். யார் முதலில் எடுக்கிறார்களோ அவர்களுக்கு சாமரத்தியம் அதிகம் என்று கூறுவார்கள்.

எங்கள் திருமணத்திலும் இந்த நிகழ்ச்சி



## கிண்ணி கணபதி!

விழுப்புரம் கொளத்தூர் கிராமத்தில் அமைந்துள்ள ஸ்ரீ கிண்ணி விநாயகர், ஸ்ரீ விஜய விநாயகர் ஆலய திருக்கோயில்களில் அன்பர்கள் கிண்ணி வரைத்து (காலால் மண்ணில் வட்டம் டோடுதல்) தங்கள் வேண்டுகோள்களை விநாயகரிடம் சமர்ப்பிக்கின்றனர். கிண்ணி வரைத்தால், என்னிய களியம் திறைவேறுமாம்!

- சுப சந்திரன்  
சென்னை



# அசத்தலான உயர்தர தீருமண சமையலுக்கு



**சரஸ்வதி கேட்டரிங்** 25 வருட ஆண்டு நிறுவன முன்விரிவு  
தரமியது எங்களிடம் திருமண கேட்டரிங் காண்போக. கொடுப்பவர்களுக்கு  
கிலவசமாக 1/2 ரூ மசகம் நிறுத்த ஆத்து சீதனம் வோல் தருகிறோம்!

‘என் வாங்குங்க  
அடுத்த மாசம்  
கல்யாணம்,  
கல்யாணத்தை  
எப்படி நல்ல முறைய  
நடத்தலியோறோம்  
தெரியலலை  
மாயி’



‘வணக்கப்படுகிறேன்’

**நான் சரஸ்வதி கேட்டரிங்**

என்றால் நான் கிழக்கில் கிழக்கர். எல்லாத்தர  
பாண்டி நத்தி வாடுகிறார். என் வாங்கு எல்லாத்தர  
கூட சீதம் சீதம் நத்தி வாடுகிறார்.  
கலாத்தர கிழக்கு எட்டாநம் வார்த்தை எல்லாத்தர  
வாடுகிற கூட ஆத்து எல்லாநம் வோ வாங்கு வாடுகிறார்.  
நாளுக்கு வாங்கின ஆத்துவா வாங்கி  
எல்லாத்தர வடக்குக் குல்லா நிங்கின  
கிழக்கர். வாங்குங்க நத்தம்.  
எல்லா எல்லா வல்லாநம்  
கிழக்கர்  
கிழக்கர்’



எல்லாத்தர வாங்குங்க வாங்குங்க  
நிங்கின வாங்குங்க வாங்குங்க

**SARASWATHI  
CATERING SERVICE**

**Insuvai Vendan G. Subramani Iyer**

No.65, (old no. 30), Subramanian St., West Mambalam, Chennai - 33.

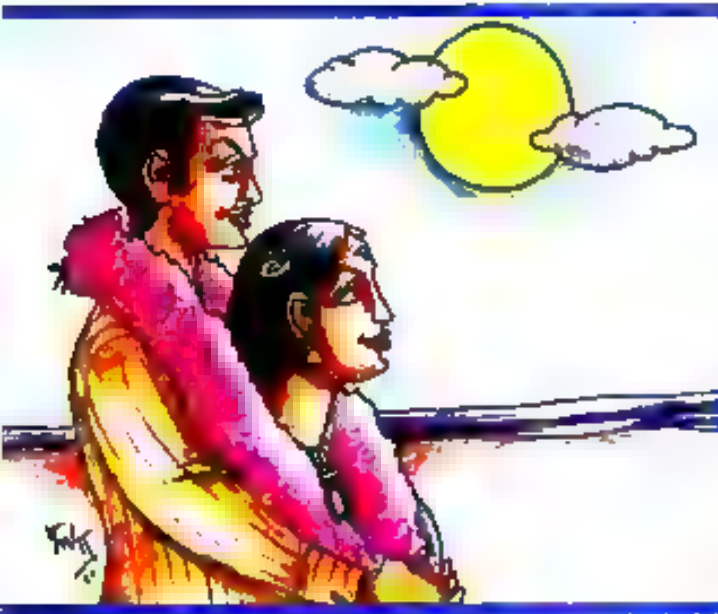
Off: 24742433 / 23719535 Cell: 98400 54900 Tele Fax: 24742433

Branch off: Coimbatore Ph: (0422) 2343710

E- Mail: insuvaivendhan@yahoo.com www.saraswathicateringservice.com

**Ellorukkum  
Favourite**

**We undertake Marriage Catering all over India**



எண்ணிரண்டும்

ஒன்றுமதி என்  
முகத்தாய் நோக்குமாய்  
கண்ணிரண்டும்  
ஒன்றையே காண்.

"பதினாறு கலைகளும்  
பொருந்திய நிலவு போன்ற  
முகத்துடைய பெண்  
மணியே, அன்பு மனைவியும்  
கனவனும் நன்றாகச் சிற

## கண்கள் இரண்டால்!

எனக்கு நேரம் கிடைக்கும் பொழு  
தெல்லாம் சங்க இலக்கியங்களைப் படித்து  
இன்புறுவதுண்டு. அப்படிப் படித்த  
பொழுது இந்தப் பாடல் எனக்கு மிகவும்  
பிடித்துவிட்டது.

திருமணம் செய்யவிரும்பும் இளம்  
வாசகியருக்கு நல்வாழ்த்தாக, அறிவுரை  
யாக இருக்கட்டும் என்று எழுதியுள்ளேன்.

காதல் மனையாலும் காதலனும்  
மாழின்றுத்  
தீதில் ஒருகருமம் செய்பவே -  
ஒதுகலை

தித்து கருத்து மாறுபாடில்லாமல், ஒரு  
செயலைச் செய்து முடிக்க வேண்டும்.  
நமக்கு கண்கள் இரண்டாக இருப்பினும்  
ஒரே பொருளை நோக்குவதைப் போல்  
கனவன் மனைவி இருவராக இருப்பினும்  
ஒரே நோக்கத்தில் செயல்பட வேண்டும்."

- இந்திராணி தங்கவேல்,  
மும்பை

### விளக்குத் தூண்!



உடுமலை தாலுகாவில் உள்ள கோட்ட  
மங்கலம் என்ற சிற்றூரில் வல்ல கொண்டம்மன்  
கோயில் அருகில் இருபடி உயரம் கொண்ட  
கல்தூண் ஒன்று உள்ளது. இக்கல்தூணில்  
ஆயிரம் விளக்குகள் அமைக்கப்பட்டிருப்பது  
டன் இடையே நூற்றுக்கணக்கான நுட்பமான  
சிற்பங்களும் இடம் பெற்றுள்ளன. ஆனால்  
இக்கல் தூண் பராமரிப்பு இன்றி இருப்பது  
வருத்தமான செய்திதான்.

- ஆர்.கணேசன், சேலம்



## மேரேஜ் கேட்ரிங் சர்வீஸ்

பிளாட் நெ.32, ஜெயலக்ஷ்மி நகர், சந்தோஷபுரம், சென்னை-73.

கிணிகள் :

சென்னை : நங்கூர், அண்ணாநகர் மற்றும் தஞ்சாவூர்

## BEST CATERING IN CHENNAI

கல்யாணம் மற்றும் அனைத்து

விசேசங்களுக்கும் தங்கள்

மட்டுக்குள் காண்பவர் பாட்டுமே

எல்லா ஏற்பாடுகளையும் முழு பொறுப்பு

ஏற்று மிக மிக நிபுணமான விலையில்

சிறப்பான முறையில் தங்கள் விருப்பம்

பேஸ் செய்து தர காத்திருக்கின்றோம்.

திருமணத்திற்கு எல்லா ஏற்பாடுகளையும் நாங்கள் உங்கள் ஒத்துழைப்புடன் செய்து தர காத்திருக்கின்றோம். வசதிகள் செய்து விட்டு பணம் அதிகம் இருக்கும் என்று எண்ணிவிடாதீர்கள். உங்கள் மட்டு எட்டியோ அளவிலே குறைவாக நாங்கள் செய்து தருகின்றோம். உங்கள் இல்லத்தில் திருமணம் என்றால் எங்களை ஒருமுறை அணுகுங்கள். பிறகு இவரை பார்க்காமல் விட்டுவிட்டு எங்கள் வருத்த வேண்டாம்.

தஞ்சாவூர் கையாளுகிற பிறகு நிறுவனம் தான் : S. கிருஷ்ணன், அப்பா? Master of Cook

கும்பகோணம்

அப்பா S. கிருஷ்ணன், அப்பா? Master of Cook

கும்பகோணம்

நாளைக்கு மாண்பு

ஜெயம், கிருஷ்ணன், அப்பா? Master of Cook, கும்பகோணம் & சென்னை

தஞ்சாவூர் தங்கம், தங்கம், தங்கம், தங்கம்

கல்யாணம் மண்டபம்

மாண்பு மண்டபம்

பூ. மண்டபம்

அம்மையா சமையல் மீட்டர் ஐந்து

வசதிகள் சமையல்

தாம்பூல் (தேவனாய்) சா. பிரிண்டிங் கவுண்டி

சீட்டைகள் இருவர் ஆத்துக்கும்

மண்டபம் கோலம் ஏற்பாடுகள்

அந்தி பச்சை ஏற்பாடுகள்

முந்தா சாப்பாடு புன் வசதிகள்

மீட்டர் சாப்பாடு, மீட்டர், மீட்டர், மீட்டர்

குடிசை வெற்றிலை, சீமை,

சாப்பாடு மீட்டர், மீட்டர்

மீட்டர் மீட்டர் சீமை

மீட்டர் மீட்டர், மீட்டர் மீட்டர்

சாப்பாட்டின் சமையல்

மீட்டர், குடி, வாக்கிங் சீமை

கல் மீட்டர், ஐந்து மீட்டர்

தங்கம் வசதிகள் இன்முகத்துடன் ஆட்கள்

வசதிகள் ஐந்துடன் உபரிக்க ஆட்கள்

வசதிகளுக்கு சமையல் கொடுக்க ஆட்கள்

கவி சீமை மற்றும் ஐந்துடன்

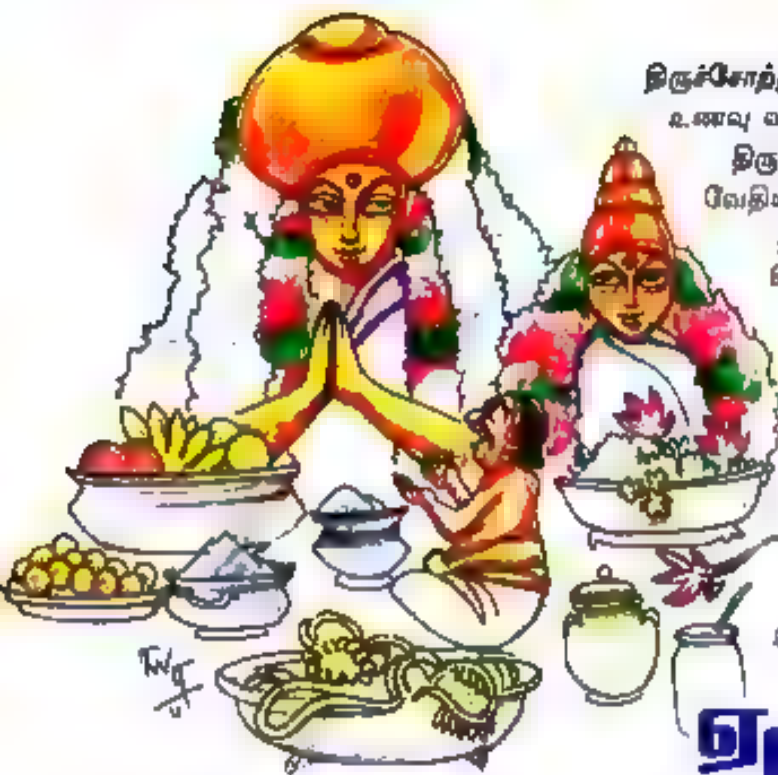
J.K. மூர்த்திகேட்டி OK தான்

Indoor and Outdoor Caterer

Ph : 2278 0769 / 98418 21327, 98418 21328

E-mail : service@jkmoothycatering.com

www.jkmoothycatering.com



**திருச்சோற்றத்துறை :** இங்கிருந்து உணவு வகைகள் வந்தன.

**திருவேதிக்குடி :** இங்கிருந்து வேதியர்கள் வந்தார்கள்.

**திருக்கண்டியூர் :** இங்கிருந்து கண்டிகை முதலான ஆபரணங்கள் வந்தன.

**திருநெய்தானம் :** இங்கிருந்து நெய் முதலான பொருள்கள் வந்தன.

**திருப்பூத்துருத்தி :** இங்கிருந்து மலர்கள் வந்தன.

இப்படித் திருமணத்துக்கு பல வகைகளிலும்

## ஏழுருத் திருவிழா

'நத்தி கல்யாணம் பார்' கட்டுரை படித்தேன். இதோ இன்னும் சில கவையானத் தகவல்கள்!

திருப்பழணம், திருச்சோற்றுத் துறை, திருவேதிக்குடி, திருக்கண்டியூர், திருப்பூத்துருத்தி, திருநெய்தானம், திருவையாறு ஆகிய ஏழு தலங்களையும் சப்த ஸ்தானம் என்பர். இந்தத் திருமணம் எப்படிக் கோலாகலமாக நடந்தது தெரியுமா?

**திருப்பழணம் :** இங்கிருந்து பழங்கள் வந்தன.

உதவி செய்த தலங்களுக்கு சித்திரை மாத பெளர்ணமி அடுத்து, விசாக நாளில் நத்தி தேவருடன் இந்த ஏழு ஸ்தார்த்திகளும் காவிரிக் கரையில் திருவையாறில் ஒரு சேர தரிசனம் அருள்வார்கள். இதை 'ஏழுருத் திருவிழா' என்பர். சப்தஸ்தான விழா என்றும் அழைக்கப்படுவதுண்டு.

- ஆர்.ஜானகிரங்கநாதன், சென்னை

### அவசர வீடு!

கீர்னியகருமரி மலபட்டத்தில் சில கிராமங்களில் திருமணம், சடங்கு போன்ற கப நிழம்ச்சிகள் நடைபெறும் வீடுகளான 'அவசர வீடு' எனக் கூறுவர்.

கபகாரிய நிகழ்ச்சிகளினபோது அவர்கள் பரபரப்பாகவும், அவசரமாகவும் இருப்பதால் இவ்வாறு கூறுகின்றனர்.

- ஏ.கே.நாசர், டி.ஆர்.சுப்பிரமணியம்







**லவ்லி**

[www.lovely-cards.com](http://www.lovely-cards.com)  
[www.lovelyoffert.com](http://www.lovelyoffert.com)



**கார்ட்ஸ்**

**தயாரிப்பாளர்கள் :**

லவ்லி ஆப்தெட் பிரின்டர்ஸ் (பி) லிட்., 43-B, வேலாபுரம் ரோடு, சிவகாசி. ☎ 04562 - 220141, 221141

**கோடுகள் :**

No.40, புல்லா ரெட்டி அலெக்சு, ஹெனாய் நகர், சென்னை-600 030 ☎ 044-26200141

15, சிவன் கன்னடி, சிவகாசி. ☎ 04562 - 272141

58-A, ஐராவதர்ஸ் பங்களா ரோடு, மா-பாளையம், மதுரை. ☎ 0452 - 4353141

HIG 5, அண்ணாநகர் மெயின் ரோடு, அண்ணாநகர், மதுரை. ☎ 0452-2539141

11வது நெரு, கொக்குநாடு ஆஸ்பத்திரி அருகில், பாடாபேடு, கோயமுத்தூர். ☎ 0422 - 4374181

• திருமண அழகுப்பிழைகள் • எபரிகள் • காலண்டர்கள்

ஸ்ரீ மதுகாலி துணை



# அனந்தா கேட்டரிங் சர்வீஸ்

ANANDHAA CATERING SERVICE

We undertake marriage & other functions  
Contract on A to Z Basis

**K. BALAJI** - Catering Contractor

# 7, Rukmani Ammal st, Anantha vinayagar extn., Periyapanicheri,  
Kundrathur Road, Porur, Chennai - 602 107. Ph : (044) 6539 3094  
Mobile : (0) 98401 39130, 98409 39130, 92824 17287



ஸ்ரீ குருப்பே நமஸு  
ஸ்ரீ மாதா புவனேஸ்வரி துணை



## சதுர்வேத கல்யாண ப்ரயோகங்கள்



சதுர்வேத ப்ரயோக முறையில் விவாகம், வரதம், ஜாதகாதி மற்றும்  
கன்னிகா தானம் போன்ற அனைத்து செய்காரியங்களும் சிறந்த முறையில் செய்துதரப்படும்.

அன்புடைபீர்

எல்லாம் வல்ல அம்சிகையாக விளங்கும் மாதா ஸ்ரீ புவனேஸ்வரியின் அருளால் நீண்ட  
நாட்களாக புத்திரபாக்கியம் இல்லாமல் மனஉழைச்சல் உள்ள தம்பதிகளுக்கு பரம்பரையாக  
குயாசித்து குரப்படும் முறையை மருத்துடன் சேர்த்து "ஸ்ரீ சந்தான கோபாலா ஜேறாமம்" நடத்தி  
புத்திரபாக்கியம் இல்லாத தம்பதிகளுக்கு ஆறு மாதத்தில் புத்திரபாக்கியம் உண்டாகும் உத்திர  
வாகத்துடன், மூலிகை மருத்து தந்து, ஜேறாமத்தில் கூடுதல்பம் செய்து பிரசாதம் குரப்படும்.

- மேற்படி ஜேறாமம் 2009 செப்டம்பர் மாதம் 20ம் தேதி சென்னை ஆதம்பாக்கத்தில் நடைபெற  
உள்ளது. பங்கு பெற உள்ள தம்பதிகள் ரூ. 4500/- காண Cheque / DD S. Rajan என்ற பெயரில்  
அனுப்பி முன்பதிவு செய்து கொள்ளவும்.
- நேரில் வர முடியாதவர்களுக்கு ஜேறாமம் செய்து பிரசாதமும் மருத்தும் அனுப்பிவைக்கப்படும்.  
கோதரம், பெயர், நட்சத்திரம், ஜாதக நகலுடன் DD / Cheque அனுப்பி வைக்கவும்.

**S. நாகராஜ் சாஸ்திரிகள்**

12, மதுகாலி துர் முதல் குறுக்குத் தெரு, ஆதம்பாக்கம், சென்னை - 600 088.

போன்: 2280 3690 செல்: 92834 02195

சகல திருமண  
ஒப்பாடுகளும்  
செய்து தரப்படும்

# மணமகள் தேவை



**S.VIJAIKUMAR**

◆ Sozhia Vellalar, 27 years, 165 cm, Clean habit, Vegetarian, Rohini, BE Mech. Samsung India Ltd., Chennai. Senior Executive. 5 lacs + Bonus / p.a. Seeking Good Looking, BE, MCA, MCM, CA, employed girl from respected family. Contact : 02114-224188, 09766313824. Box No.15927

**A.ராஜேஷ்**

◆◆ தெலுங்கு பிரமின், நியோலி, கௌதம கோதரம், மிகுத சீருஷம், வயது 31, B.A. குப்பைசர், L.N.T. பண்ணடிச்சேரி, சம்பளம் ரூ.10,000/- உட்பிரிவு சம்மதம். தகுந்த மணப்பெண் தேவை. K.ஆத்மாராமன், No.22C, அய்யங்குளம், கீழக்கரை, தஞ்சாவூர் - 613 009. செல் 9894125093.



◆ ஐயர், அட்டசுதாஸ்தரம், வாதுலம், உத்திராடம் 30, லக்ஷிணத்தில் கேது, +2, மாத வருமானம் 8,000/- சொந்த வீடு, வாடகை, வயி இருப்புகள் மணமகனுக்கு பெண் தேவை, எப்பிரிவும் சம்மதம். உத்தி யோகம், படிப்பு, தகை, சீர், வரதட்சணை எதுவும் தேவையில்லை. எளிய திருமணம் போதும். தொடர்புக்கு : 28587085, 9941448584. பெட்டி எண் : 15920.

◆ Iyer Vadamal, Nythrubakasyabam, Poosam / 1980. 180 CM, M.Sc., (IT) Working in wipro 60,000 pm. Seeks Suitable bride upto 5 feet, and age difference upto 7 years acceptable. V\_S\_Anuraj@yahoo.co.in Ph : 044-22320435. Box No.15921

◆◆ Iyer, Vadamal, Srivathsam, Chithirai, 27, 5'9", BE, Team Lead, Lister Technologies Ltd, Chennai,

Seeks Professionally Qualified employed girl. Contact : Santhana lakshmi, Ph : 044-43530898, 044-64593739, 9894612922. Box No.15922

◆◆ Vadakalai Srivathsam Krithigal-3, 1975 / 170, Diploma (E&C) (BBA) Manager Pvt. Co. Mumbai 45,000/- pm Seeks Bride Iyengar / Iyer. Boy owns plot in Chennai. Ph : 044-64521187. Box No.15923

◆◆ ஐயர் வடமாள், வாதுலம், மயம், 31 வயது, தற்சமயம் வெளிநாட்டில் சாப்ட்வேர் இஞ்சினியராக பணிபுரி கிறார். மாத வருமானம் ரூ.80,000/- 2005ம் திருமணமாகி 8 மாதங்களில் தாரமிறந்தவர் (உடல் தலக்குறையினால்). குழந்தை கிடையாது. இவருக்கு 3 - 8 வயது வித்தியாசத்தில் குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. பெற்றோர் உண்டு. விவாகரத்து ஆனவர்களும்,



கணவனை இழந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்க வேண்டாம், பெட்டி எண் : 15924.

◆ ஷடமங்கலனம் / வடகலை / 30 Yrs / 5'8" / MCA, DELL, Rs.7 Lac PA, ஸ்ரீராம், Gaestro disability, Seeks, Suitable, Homeloving, Spouse, Employed or unemployed. Box No.15925

◆ Iyer Bharadwajam, Hastham, 28, M.Sc., (Chemistry), Officer Private Company, Chennai. Annual Income 3.15 Lakhs, Middle Class Family, Seeks Employed at Chennai / Unemployed Girl, Minimum Graduate. Contact Ph : 04364-228808. Box No.15926.

◆ Iyer, Brahacharanam, Pooradam, 44, 5'7", Fair, B.Com, Accounts Dept., - Rs.90,000/- Addl. Rs.50,000/- p.a. Own Flat - Girl below 40. Subsects no bar. No demands - simple marriage - Ph : 24405461. Box No.15928.

◆ ஐயர் வடமான் கொசிகம் சித்திரை 2ம் பாதம் 5.9", 17.11.1978, B.Com., Volvo India Pvt. Ltd., Rajgarh. மாத வருமானம் ரூ.22,000/- நாக்பூரில் சொந்த வீடு உள்ள மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. Phone : 07104-220354, Mobile : 9373558050. Box No.15929.

◆ Iyer, Vadama, Vathulam, Mirugasaeerisham, 28 Yrs., 5'9", B.Com., CIFA, Sr. Associate, TCS, Chennai, Rs.28,000/- PM, seeks suitable bride. Contact : 044-43597389 / 9941482393. Box No.15930

◆ ஐயர், கௌண்டன்யம், வடமான், தோஷ ஜாதகம், ஆயில்யம், B.Com., PGDCA, 31, 5'8" ரூ.45,000/- மாத வருமானம், கோளாவில் வேலை பார்க்கும் வரனுக்கு மணமகள் தேவை. போன் : 09744964548, (Sal Sankara Regn No.B1-54122/77). Box No.15931

◆ Iyer, Vadamal, Moolam, Athreya kothram, 10.11.1972, 5'3", B.Com., Employed in Software Company as Executive, Chennai. Salary Rs.25,000/- pm Seeks Graduate Fair Iyer Girl. Contact : S.Srinivasan, 9443914697, Coimbatore. Box No.15932.

◆ Iyer, Vadamal, Kowsigam, Chithirai 4, June 1980, 182 cms, MCA, Project Leader, Software Development, MNC Bangalore, Rs.10.2 lacs per annum, seeks qualified employed good looking Iyer girl, sub-sect no bar, Send Horoscope, Bio-data, family details. Box No.15933

◆ Tirunelvell Iyer, Vadamal, Kousikam, Ashwini, Mesha Rasi, 20.6.1979, 5'6", B.B.A. Own Catering Business (Mount Catering) Rs.8 Lakhs per Annum, Having own House, Two Cars very charming Boy. Physically Challenged. Ph : 044-24320699 / 9941342269. Box No.15934.

◆ Iyer, Vadamal, (Sukla Yajur) Mouthgalyam Moolam First Padam 22/11/79. MCA (MS), Central Govt. Ministry of Defence Employee Chennai Rs.25,000/- Seeks Graduate Good Looking Working Girl



From Good Family Background.  
Subsect No Bar. Contact :  
9962336208. Box No.15935.

◆ Iyer, Vathimal, Bharadwajam,  
Thiruvathirai, 44/57". B.Com., CIG,  
Employed at TCS, Mumbai CTC  
4.00 lacs. Own Flat, Seeks Suitable  
Bride. Subsects No Bar. Contact :  
022-25234624. Box No.15936

◆ S.Vasudevan Madhva, Kanna-  
da, Sadhayam, Balaganadu,  
Athreya, 04.01.1968, B.A., MHS,  
PGDCA, M.Phil, Rs.10,000/- pm,  
Junior Asst Manonmaniam  
Sundranar University, Tirunelveli,  
Seeks Suitable Bride. Contact :  
S.Sundarrajan, 0462-2573816,  
0424-2430848. Box No.15937

◆◆ Wanted Iyer Girl well qualified

or post graduate or BE working in  
India with age diff. of three to five  
years for Iyer, Vadamal, Koushikam  
Moolam, 3rd Padam 8th January  
1978, 5'10", B.E. (E&T) HRD from  
Symbiosis, (Pune), Project Manager  
in MNC Bangalore. Box No.15938

◆ ஜார், வடமலை, கவுசிகம்,  
4, உயரம் 5'8" செப்டெம்பர் 1978ல்  
பிறந்து B.Sc., M.C.A., படித்து Micro-  
soft கணினிப்பாத்தில் (சம்பளம்  
80,000/- pm) வேலை பார்க்கும்  
பையனுக்கு படித்த பெண் தேவை.  
Contact 044-24835234, 9840425784.  
Box No.15939

◆ Iyer, Vadamal, Koundanyam,  
Uthram 38, B.Com., MBA Finance  
Manager, Ltd. Company, Rs.30,000  
Seeks graduate employed girl. Sub  
sect no bar. Ph : 044-25582955.  
Box No.15940

உழைப்போம்

உயர்வோம்

வெள்ளி விழா  
ஆண்டு

**VANAJA VASUDEVAN**

**Catering Service**

Chennai - Cuddalore



திருமணம், சீமந்தம், உபநயனம் மற்றும்  
அனைத்து விசேஷங்களும் சிறந்த முறையில்  
சூரியன் சமையல், எலிட், புஷ் லைக்கன்  
தயார் செய்து உங்கள் வீட்டிற்கே வந்து  
சர்வீஸ் செய்கின்றோம்.

We undertake marriage  
& other functions  
Confection A to Z Basis.

உதார விசேஷம் ஸ்டாப் செலவு வசிகம் செய்யும் ஸ்டாப்  
All India State Bank of India Staff Federation விசேஷம் ஸ்டாப் செலவு

Proprietor: **Mr. VASUDEVA IYER**

6, (பு.எண்: 4) வேல்டால் காலனி, 5வது தெரு, நங்குதல்நூர், சென்னை - 600 061.  
போன்: 044 - 2224 2018, 6571 0537 செல்: 98430 36822, 98431 81984

கிடை: 1-13, எருமாங்கு அச்சுறாசாமி, திருப்பப்படுவியூர், உதார - 2. Ph : 04142-236822

தேவிய : 25 நாளுக்கு மேல் ஆடர் வயதும் மேல் பெண்கள் வயதும்.

## திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வர்த்தகங்களுக்கு ரூ.500/-

அதிகப்படியான வர்த்தக ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ.15/-

வண்ணத்தில் 'மௌனகவி' செய்ய ரூ.100/- கூடுதலாக அனுப்பவும்.

வண்ணப் புகைப்படத்துடன் (1" X 1") வெளியிட ரூ.800/-

இத்துடன், [www.mangayarmalaronline.com](http://www.mangayarmalaronline.com) என்கிற

மங்கையர் மலரின் இணையதளத்திலும் சேர்த்து

விளம்பரம் வெளியிட, கூடுதல் கட்டணம் ரூ. 100/-

◆ Iyer, Ashtasahasram, Kashyapam, Krithigal (3), 26 / 180, B.Com., G-NIIT, Wipro tech, Chennai, 3L (+) pa, Seeks homely, graduate, employed girl. Contact : 044-22601398, 9884009551. Box No.15941

◆◆ Vadagalai, Iyengar Boy 1974, Rohini Bharatwaja Gothram 35 / 163 cms. B.Com., MBA, Executive - Admin. CCC Ltd., BLR, 1,80,000/- p.a. Seeks alliance suitable graduate girl. Contact : N.Padma, 94867 18150 / 94439 96856. Box No.15942

◆ Iyengar, Vadagalai, Vishvamitra, Melgaseersam, 1967, B.A., PGDM. Working in Pvt. Ltd. Rs.10,000/- pm. Only son, own house in Delhi seeks suitable girl. Thenkalai, Iyer, Madhva acceptable. Contact : D.Narayanan, 011-25561160. Box No.15943

◆ Iyer, Brahacharnam, Bharadwajam, Hastham, Divorcee, 5'11", 31/20,000 pm, PG + MBA, Impl leader in TATA Group seeks Divorcee/widow without issue. Contact 0755-2414021, 09893284349, 094250 18914 Muhurtham.net id 29950. Box No.15944

◆◆ Iyer, Vadama, Naidruva Kasyapa

Gothram, visakam, 43, 5.6', B.Sc., B.Ed. Private Rs.25,000/- legal divorcee without encumbrance requires Iyer/ Iyengar Divorcee / widow bride. Ph : 28191011 / 94440 11207. Box No.15945

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Poorattadhi, Sudda Jadagam, 30, 180 B.E., Business, 6 lakhs per annum. Fair boy seeks educated, good looking, unemployed girl, subsect no bar. Ph : 0821-2544864. Box No.15946

◆ தமிழ், ஐயர், பரத்வஜம், வடமாள், கோதிரி, எஸ்.ஐ.சி. முகவர், 41 / 170 / 17,500, எட்டப்படி விவரஹத்து ஆகவார். மேலும் சென்னையில் சேர்த்த வீடு. உள்ள வரளுக்கு நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்த +2 அல்லது டிபிரி படித்த வேலையில் உள்ள / இல்லாத குடும்பபாங்கான மனப்பெண் தேவை. எட்டப்படி விவரஹத்து ஆகவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். தொடர்புக்கு நடராஜன் - 9841088486 / 044-24758514, பெட்டி எண் : 15947

◆ Iyer, Brahacharanam, Shadamarshana, Kettai 3 Padam, 1969, BA, ICWA (CMA-US) Working in Dubai, Rs.10 Lakhs p.a. seeks a suitable graduate girl. Ph : 9840036611. Box No.15948

◆◆ Iyer Brahacharanam, Srivatsam, Makham, 29/165, Master Shipping, Shipping chief officer MNC 21 Lacs p.a. Seeks suitable girl. subsect no bar. Ph: 044-22672458 Box No.15949

◆ Iyer, Brahacharanam, Srivathsam, Chitral, Thularasi, 1981, 181 cms, M.Tech, Egr / MNC / Bangalore - 6 lacs p.a. seeks only unemployed / non career oriented graduate girl from a respectable family. Box No.15950

◆ ஐதராபாத்தில் வேலை, சம்பளம் ரூ.32,000/- எம்.எஸ்.சி. எம்.பில் (பயோ டெக்), 28 வயது, அஷ்ட சதுரஸ்ரம், பாரத்வாஜு கோதரம், பூராடம் 4ஆம் பாதம், லக்ஷாரு, 7ல் கேது, உயரம் 158 செ.மீ., புதுச்சேரி சொந்த ஊர்.

பெற்றோர் உள்ள வரதுக்கு ஏற்ற பட்டதாரி பெண் வரன் தேவை. உட் பிரிவு சம்மதம், தொடர்புக்கு 0413-2332473. பெட்டி எண் : 15651.

◆ Educated brahmin girl for issueless legal divorcee MCA, MNC Chennai 33 years, 170 cms Mirugashrisam. No bar for issueless divorcee / widow status gothram. Call (O) 9840918266, 044-28141505, (O) 9444419802. Box No.15952

◆◆ Tamil Iyer, Vadama, Magam, Koundinyam, 33, B.Com., DCA (MBA), Dy. Manager, HDFC Bank Chennai. Salary Rs.29,000/- pms + Seeks suitable educated employed bride. Contact, Ph : 044-65446849. Box No.15953

◆ Suitable bride required from any

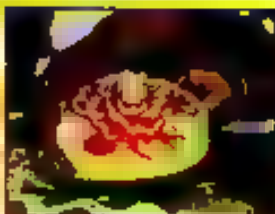
# SRI SAI CREATORS

( The Professional Carving People )

**காய்கனி ஜஸ் சிற்ப அலங்காரம்**

**Vegetable / Ice Carving @ Low Cost for Marriages / Parties / Events...**

All Over India  
Special Discount  
for Catering Contractors



**காய்கனி சிற்பக்கலை பயிற்சி**

\*கல்வித் தகுதி தேவையில்லை

Head office: # 28, (Old # 49), 1st floor, South Usman Road, T.Nagar, Chennai - 17.

Branch: # 45, Kerur Bye Pass Road, (Opp to Kalaignar Arivalayam) Trichy - 2.

Visit us: [www.chennalcarrvings.com](http://www.chennalcarrvings.com)

**For Sample Photos Call : 98410 89868, 98846 14599**



**Brahmin Community / Also** intercast parentage (any one should be brahmins) for G.S.B. Bramin Tamil Bachlor 27.4.1982, 180 cm, Rs.20,000/- Service Engineer, Miruga seresham, Kamsi Gothram. Contact : 9941351292. Box No.15954

◆ Tamil, Iyer, Vadamal, Koundinyam, Poosam, 29/180, B.Sc., CCNA, 2.5 lakhs p.a. seeks Chennai based, Vadama, Graduate, working girl from good family. No demands. Ph : 24611053. Box No.15955

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Uthiradam-III / Sep-73 / 5'4" / ACA, Grad. CWA, Senior Manager in reputed company ■ Navi Mumbai, Maharashtra. Boy is insulin dependant diabetic and seeks suitable alliance. Contact : 093227 64580. kothandarama@gmail.com, www.tamilmatrimony.com M1216 304. Box No.15956

◆ Wanted graduate / professionally qualified bride aged 33 - 38 years either in India or US for Kaushika Iyer (US Citizen) Pooram boy Phd (Purdue) currently in US with clean habits. Contact : 23770003. Box No.15957.

◆◆ Iyer, Vathimmal, Bharathwajam, Sadhayam, 1972, 167 cms, B.Com, CA (Final), CWA (Final), Dubai, reputed large local group, Accounts executive, 18 lakhs / Annum, with family accomodation, well settled, owns a house, last son of the family and no commitments, decent, cultured boy seeks graduate / PG girl from a decent family. Middle class also welcome. Ph : 044-23860330, 044-42048088, E-mail :

laliramraghul@yahoo.com, gasura@sify.com Box No.15958

◆ Iyer, Vadamal, Haritha, Poorattathi-3, 1968 / 5'4", B.Com, DBM, MNC employed, Mumbai, Own flat salary Rs.15,000/- pm, Subject no bar. Seeks bride. Contact : 098325 01972. Box No.15959.

◆ Iyer Vadamal, Bharadwaja, Chithirai 4, Thula, July 1979, 5.8', B.Sc. (M.B.A.), MNC, Chennai, Rs.28,000/- (includes rental income from own house) Also owning flat. Parents pensioners. Seeks Fair Good looking. Graduate bride employed / unemployed. Subject no bar. Contact Ph : 9940474015. Box No.15960

◆◆ Iyer, Brahacharanam, Kousika, Viaskam II, 40 / 5.5', B.Com, Private Co. Rs.20,000/- seeks +2 or graduate home loving girl. Early & Simple Marriage, No expectataion. Contact No.9841025026. Box No.15961

◆ வடகலை, ஐயங்கார், கௌசிகம், அவிட்டம், 37 வயது, 5'9", B.Sc., சொந்த கம்பெனி, ரூ.45,000/- சொந்த வீடு, எந்தக் கெட்ட பழக்கமும் இல்லாத வானுக்கு பட்டப்படிப்பு படித்த மணப்பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. Contact : 22262316, 9840773618, பெட்டி எண் : 15962.

◆◆ Iyer Vadamal, Bharathwajam, Uthirattathi Meena Rasi 1975/6', BE working San Pulse USA. USD 1,00,000/- pa, Legal Divorcee without encumbrance seeks suitable bride contact : 044-24895537. email : san\_kar\_10@yahoo.com Box No.15963



இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி : 10.08.2009. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : ..... C/o மங்கையர் மலர், 47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032

◆◆ Iyer Vadamal, Malthreya Poosam-I, Aug 1978 / 174 cm / PhD (USA) Clean Habits, Scientist IBM, NY Innocent legal Divorcee, Immediate separation, No Cohabitation, No Consummation of Marriage, seeks unmarried smart and educated Tamil Iyer / Iyengar Grl. Mail to matrijayam@gmail.com or Box No.15964

◆◆ Bruhatcharanam, Bharatwajam, Uthiram Iyer, Mumbal, 48 / 160, M.A. Business Rs.60,000/- pm Good family, healthy seeks bride. Subjects no bar. Simple marriage. Handicapped, Divorcees, widows can ap-

ply. email : mailrajagopal46@rediff mail.com Box No.15965

◆ ஐயர் வடமான், பாரத்வாஜம், பூசம், B.Com, NIIT, July 1969, 175 cm, Rs.10,000, தனியார் கம்பெனி சொந்த வீடு. அக்கா தங்கை இல்லை. நம்பி கல்யாணமானவர். எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. உப்யோக சம்மதம். போன் : 22681768. பெட்டி எண் 15968

◆ Tanjore Iyer, Vadamal, Kousikam, Rohini (Rishabham) April 1980, 5.6', B.Com, (MCA), Diploma in Computer Software / Hardware, Networking, Asst. Manager, MNC at Delhi, Rs.3 lacs per annum, clean habits, expects graduate employed



திருமணம் மற்றும்

அமனத்து சப காரியங்களுக்கும்

வேறாமங்கள், பூஜைகள், சிறந்த முறையில்

நடத்திக் கொடுக்கப்படும்.



விபரங்களுக்கு:

ஆதம்பாக்கம் S. மணிகண்டன் என்ஜினீயர்  
S/o. தூத்துக்குடி (கேட) அம்பிவாத்தியார்  
போன்: 2253 1598 | ஃக்ஸ்: 98403 88087

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வகுமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரகடிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களை என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்த்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிச் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே! - பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 500 032

/ non employed girl. Contact Ph : 0120-2533531, Mob 09810598723. Box No.15967

◆ Iyer, Brahacharanam, Gouthama, Visakam, 45/5'11" B.Com, Own well run business at Chennai. Rs.1.20 lakhs p.a. Own house. Seeks bride +2 / Degree. No expectation / simple marriage. Subsect no bar. Box No.15968

◆ ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேயம், கேட்டை 30 / 185, ITI - Lift Erector - Singapore. 65,000/- pm தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். Ph : 9944877244. Box No.15969

◆ வடமாள், கௌண்டிங்ஸ், மூலம் -II, 77 / 182, ICWA, CA, CIME, இன்னும் லண்டனில் மேல்படிப்பு படிக்கும் வரனுக்கு பெண் தேவை. வயது 25 - 28 / 165 செ.மீ. மேல், நல்ல குடும்ப பட்டதாரி பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 15970

◆ Vadakalai, Iyengar, Viswamithram, Poosam, 44, 170 cm, BA, Very Fair, Selfemployed at Mantralayam, Rs.7,000/- pm seeks bride kalai no bar. Expectations Nil. Iyer, Rao no bar. Cell : 9176693363, Box No.15971

◆ Iyer, Vadama, Viswamithra gothram, Hastham, 30, 160 cm, Chevvai Jadhagam, Own Business

in Tirupur, 30,000/- pm Fair Clean habits, seeks homely good looking girl, subsect acceptable, contact : 9444577210, 9952363530, Box No.15972.

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Sankruthi, Uttarattathi, 31, 5'10", Fair, Clean habits, MCA / SWE / MNC / Chennai. Rs.40,000/- pm Seeks employed girl preferably at Chennai. Contact : 9431-2437251, 044-24356541. Box No.15973.

◆ சைலப் பிள்ளை, சிவ/பூரம் - 31/182. மென் பொறியாளர், MCA, சென்னை எதிர்பார்ப்பு குடும்பப் பாங்கான பட்டதாரிப் பெண் - முன்னுரிமை. சென்னையில் வேலை புரக்கும் பெண். பெட்டி எண் : 15974

◆ ஐயர், வடமாள், கைத்தொழில் காகிதம், ரோகிணி 14.7.1968, B.Com வருமானம் மாதம் 1 லட்சம் குவைத்தில் பணிபுரியும் வசதியுள்ள, இளமை தோற்றமுடைய, குழந்தை இல்லாத சட்டப்படி விவாகரத்தானவருக்கு ஓரளவு படித்த 35 வயதுக்குட்பட்ட குடும்ப பாங்கான பிராமணப் பெண் தேவை. தொடர்புக்கு : 044-22233303. பெட்டி எண் : 15975.

◆ Bramin, Iyer, Vadama, Bharath-

wajam, Bharani, B.Sc., M.A., December 62, 5'7", Southern Railway Rs.16,000/- Fair Seeks employed / unemployed girl. 9840324536, 22480807. Box No.15976

◆ Never married, Vadamal Iyer, 47 years, Haritha, M.A., M.Ed., Kettai, S.S Technical Assistant, BSNL (Government) Rs.18,000/- pm Anantapur, Andhrapradesh. Seeks any brahmin educated bride, Issueless Divorced also accepted. Ph : 94448 33379, 044-24721634. Box No.15977

◆ Vadamal, N.Kasyap, Maham, December 65 / 185 / 50,000 pm. +2, Dip. Automobile, SBI LIC UTI Consultant, Press Reporter Walajapet, Mother only. 9952028325 - Mrs.Rama (or Panchapakasan 9840330531) Divorcee, widow excuse. Website : ssmatri.com ID

53571. Box No. 1597B

◆◆ ஐயர், வடமாள், பார்த்வாஜம்,  
கேட்டை, 19.1976 / 175 செ.மீ.  
DME, MNC மாதவருமானம்  
ரூ.45,000/- தல்ல நிஸலயில் உள்ள  
நல்ல தோற்றமுள்ள பெற்றோர்  
இல்லாத பையனுக்கு ஓரளவு  
படித்த மணப்பெண் தேவை.  
உட்பிரிவு சம்மதம், செல் 99410  
07979, பெட்டி எண் 16979.

♦♦ Tamil Iyer, Ashtasahasram, Bharatwaja, Baranji, 34 years, Graduate, working in MNC, Earning 2.5 L per annum, Seeks suitable employed girl, subject no bar. Contact : 9442509300. Box No.15980

◆ R.Lakshmi Narasimhan, Uthirathachi, Kannada Iyer (Hosini)

# சாரதா கேட்டரிங் சர்வீஸஸ்

## SHARADHA STORES

51, Aryagowder Road, WEST MAMBALAM - P 2489 3223  
 27, Subbah Reddy Street, WEST MAMBALAM - P 2471 0109  
 30, 4th Main Road, NANGANALLUR - P 2224 5191

■ Fresh Butter ■ Pure Ghee  
 ● Cow Ghee ● Pooja Items  
 ● Sharadha Appalam

மீட்டர்கள்  
விநாயக  
வழிபாடு  
- தினகரம்  
- குதிரை  
- கருவே  
- மது  
- மது

**பண்டிகை கால பட்சணங்களுக்கு ஒரு பாரம்பரிய நிறுவனம்**

Kashyapa, May 1977, 170 cms, Fair, BA (Corp. Secy) Computer Courses Process Officer - Siemens Info Services P. Ltd. Rs.10,000/- pm Seeks Graduate, employed girl. Subject no bar in Kannada / Tamil Iyer. Contact Ph : 9944100968. Box No.15981

◆◆ Iyer, Vadama, Srivatsa, Revathi IV, (Suththa Jadhagam), April 1973, well settled, propertied, self made businessman, builder & promoter, B.Com / 170 cms / 15 lakhs per annum, seeks graduate girl from a good family background, 7th & 8th place in horoscope must be vacant. Refer TM ID M1488503 / 9884256058 / brgpai@gmail.com Box No.15982.

◆◆ Iyer, Vadama, Bharatwajam, Krithigal IV, March 1975 / 173 cms, Very fair, B.Com, MBM, Very well settled, Propertied, Businessman, trading of rubber & allied products, 5 lakhs per annum, only son, seeks graduate girl from a good family background. Refer www.ssmatri.com ID 55785/75 or 9444892051 or kaybrpolymers@gmail.com. Box No.15983.

◆ கங்காத்த வேணார், கைவம், 51, MSC 30,000/- அரசு பணி, மன மாறாதவர். பெண்ணின் விபரம் (Bio-data) ஜாதகம் (ராசி + அம்சம்), குரட்டை (R) (அவசியம்) குழ குடும்ப விபரம், உறவினர் உண்மைகள் எயிலாசக்கவர் இவை அனைத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும்.

Box No. 15984.

◆ Iyer Vathima Avittam II, 40/172/ DEE/40,000/- / Legal Divorcee well settled Delhi Seeks suitable good-looking Tamil Iyer bride, Divorcee, widow w/ also can apply email : cateyel@gmail.com (M) 09811871718. Box No.15985

◆◆ Iyer Sankruti Brahacharanam Tiruvadirai PG / 175 cms / July 1976, Asst. Vice President, leading private sector Bank, Bangalore seeks suitable match. Contact : iyermatch@yahoo.com Box No.15986

◆ Bharadwajam, Hastham, Meena Lagnam, with mars in Seventh, Requires, Literate, unencumbered healthy, well mannered, affectionate, any brahmin lady, from respectable, family, to take care of a boy aged four years and the child's father-who lost his wife two years back, crossed forty years, healthy, Tall-very fair, good-looking, B.Com and diploma, personnel management, having an industry, with own flat. And few sites in the city with adequate income. All presently staying with the child's paternal Octogenarian pensioner grand parents, in their own house, contact with bio-data, horoscope, Phone Number. Box No.15987

◆ Iyer Vadamal. 1) Srivatsam Aumusham 37/179, Graduate DME, Service Engineer, Coimbatore. 2) Barani, 34/180, BE, MNC, Bangaluru, for suitable brides. subject all brahmins acceptable. Contact jaishankarbis@yahoo.com Ph : 0422-2414191, (O) 9880932740 Box No.15988



◆ வடகலை, சூவத்ச கோத்திரம், பரணி நட்சத்திரம், 44 வயதில் உள்ள மணமகனுக்கு பெண் தேவை மத்திய அரசு பாதுகாப்பு துறை. டில்லியில் வேலை. மாத வருமானம் ரூ.22,000/- தொடர்பு கொள்ளவும். ஆர்.ஏ.ஹாஜா, 04563-264665, 9894793240, பெட்டி எண் 15989.

◆ Seeks Bride for palakkad Aiyar Gouthama, Arwathi 1975 CA (Inter) Senior Executive Bajaj Group Kolkata Rs.40,000/-pm Contact (033) - 64597158. Email : vankat 161175@gmail.com. Box No.15990

◆ Iyer Vadamal, Koundinyam, Swathi, M.Com., PGDPM, 45/170, PSU Divorcee no issues, seeks educated decently employed bride. Subsect no bar. Contact 94447 55144, 9841405909. Box No.15991

◆ வீரன்வரன் வடிவேல் - திரு தெல்வேலி சைவ பிள்ளை கோவிலி, 10.6.1972, 168 செ.மீ., மாதிதம், பி.காம்., பி.ஜி.ம.சி.ஏ., மாயா சாப்ட்வேர், பெண்ட் ரீடியர், சீனியர் மார்கெட்டிங் எக்ஸிடியூட்டிவ், சாக்ஷி தெலுங்கு சேனல், சென்னை பிராஞ்ச், மாத சம்பளம் ரூ.20,000/- டில்லி படித்த வேலை பார்த்தும் அல்லது பார்க்காத மண மகள் தேவை. எதிர்பார்ப்பு : சைவ பிள்ளை / சைவ செட்டியார் / கர்வத்தார் - தொடர்பு தொலை பேசி : 044-28440903. பெட்டி எண் 15992

◆ வடமன் / வசியப / திருவாதினா, DME, 35 வயது, தனியார் ஸ்பெனி, 2.4 லட்சம் வருட வருமானம் தகுந்த

பக்தி மனம் கமழும்  
மயிலைலையில்...

சுபாம் மனம் சூப்பும்

**Subham GANESAN**

Specialized services with a personal touch

**MARRIAGE CATERING SERVICES**  
**SUBHAM APPALAMS AND SNACKS**

#210, St. Marys Road, Mandaveli,  
#14, East Madu Street, Mylapore, Chennai  
044-24516887, 24933856

[www.subhamganesan.com](http://www.subhamganesan.com)

**ஆகஸ்ட் 2009 மாத திருக்கோண திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எழுது  
சிவவசகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசித் தேதி : 6.7.2009**

மணப்பெண் தேவை. அனாதையும்.  
S. வெங்கடராமன், பிளாட் நம்பர் 18,  
AIBEA நகர், திருவாரணங்காவல்,  
திருச்சி - 820 005, 9486833854

◆ ஐயர், பிரதாரணம், குதாவ  
கோதரம், உதரம், 33, 5.8, 40,000 pm,  
ITI படித்து Singapore-ல் வேலை  
பார்க்கும் வரனுக்கு 10th, +2 படித்த  
பெண் தேவை. Contact குத்துராம  
லிங்கம், Retd. Teacher, பாரதத் தெரு.  
குன்றக்குடி - 830 208, போன் :  
04577-264552

◆ ஐயர், வசீல, சதுரம், வாத்தியமன்,  
39, 5.7", BA, அமெரிக்கன் MNC  
கம்பெனி டில்லி மாத வருமானம்  
ரூ.30,000/- தல்ல குடும்பத்தைச்  
சேர்ந்த மணப்பெண் தேவை. உட்  
பிரிவுகள் சம்மதம். TID No.MI203326.  
Call : 09810637343. A.Kannan, Sec-  
tor II, Pocket - 6, Flat 446, Rohini,  
Delhi - 110 085.

◆ வடகலை, சூவதல, 1988, BA,  
சித்திரை, மாதம் ரூ.50,000, தேவை  
சேல் ஏஜென்ஸி, சேர்ந்தவீடு. கர்  
உள்ள பையனுக்கு பிராமண வரூப்  
பைச் சேர்ந்த பெண் தேவை.  
தொடப்புக்கு ஆர்.சீனுவாசன், எண் 39,  
ராஜாஜி தெரு, தென்பாதி & Po - 609  
111, சீகாழி (தாலுக்கா), தாகப்  
பட்டினம் மாவட்டம், போன் : 04364-  
270842.

◆◆ ஐயர் வடமான், பாரதவாஜம்,  
புணர்பூசம் - 30/8 அடி B.Sc., தனியார்  
திறுவணம் 18,000/- மணமகள் தேவை.  
தொடப்பு கொள்ளவும் P.K. வெங்கட்  
ராமன், 8/8, வெங்கடராமன் தெரு,  
ரூராமுர்த்தி நகர், அம்பத்தூர்.

சென்னை - 53. Ph : 9380199749,  
9884232610

◆◆ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், காசிப  
கோத்திரம், பூரட்டாதி, ஆகஸ்ட்  
1973, 175 செ.மீ, M.A., Pub.  
Admn. (கம்ப்யூட்டர்) தனியார்,  
மாதசம்பளம் ரூ.50,000/- சென்னை  
யில் சேர்ந்த வீடு உள்ள மாற்றிமான  
பையனுக்கு தல்ல மணப்பெண்  
தேவை. தொடப்புக்கு 9840224115,  
9840811159. ஆர்.பராசக்தி, ID,  
AKB Aashlana, No.13, ஹனுமர்  
கோயில் தெரு, ராதா நகர், குரோம்  
பேட்டை, சென்னை - 44.

◆◆ வடஆற்காடு, ஐயர், வடமான்,  
சூவதலம், சித்திரை 26 / 5'6"  
M.Com., சந்த ஜாதகம் வங்கி,  
சென்னை. தகுந்த வேலைக்குச்  
செல்லும் குடும்பப்பாங்கான பட்ட தாசி  
மணமகள் தேவை. P.V. Chan-  
drasekaran, 30/4, Flat No.6, B.B.C.,  
Orchid Court, திலக தெரு, வடக்கு  
திமகரைய நகர், சென்னை - 600 017.  
Ph:28343809 / 24891491 / 23710855

◆ Iyer, Vadama, Vathoolam,  
Pooratathi, 38, PG, 170 cm, 35,000  
Seeks Graduate Girl, Simple early  
marriage. Subsect acceptable. M.V.  
Gopalan, Nat West Pearl, Sivapra-  
hasam Nagar II St., Madipakkam,  
Chennai - 91. Ph : 22581512.

◆ ஐயங்கார், தென்கலை, புணர்பூசம்,  
பாரதவாஜம், 7.3.1971, 5'7", B.Sc.,  
C.A., (Inter), தல்ல திறம். சேர்ந்த  
வீடு, திலக உண்டு. மாத வருமானம்  
ரூ.50,000/- திருச்செங்கோட்டில்  
ஆடிட்டராகப் பணிபுரியும் வரனுக்கு

வேலையில் உள்ள / இல்லாத படித்த பெண் தேவை. உப்பிரிவு சம்மதம். S.Seethalakshmi Ramanujam, 6, Sri Raghavam, Subramanyapuram 8th St., North Extn., Karaikudi - 630 003. Cell : 9443900033.

◆◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Moolam, 39 Years, 165 cm (BA) Business, 15,000/- pm seeks employed/unemployed girl. Subsect no bar. S.Lakshmi Narayanan, 6/26, Second Bharathiar Street (South), Palavanthangal, Chennai - 600 114. Cell : 99402 66465.

◆ Iyer, Tamil, Vadama, Kowsiga, SSLC, uchirottathi, 45, PVT, Concern, 8,000 pm looking Smart, Below 42, issueless widow (or) Divorcee Acceptable. K.R.Bhagyalakshmi, No.235, 8th Main, Byrasandra Jaya Nagar, Bangalore - 560 011. Ph :

9980512052.

◆ துவர், வடமான், கொண்டிசன்யம், அனுஷம், 5'8", 18.10.1974, கய தொழில், B.Com., Rs.20,000/- pm, உப்பிரிவு சம்மதம், தகுந்த மனமகள் தேவை. ஆர்.லக்ஷ்மிகாந்தன், 8/21, முருகன் தெரு, மைதாப்பேட்டை, சென்னை - 15, பெண் : 24700004

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Pooram, MA, DECT, Aptech, 35/ 170 cms, Handsome, Fair, Corporate Sales Manager, Bangalore. Decent Salary, Seeks Bride. Contact Venkat, 1759, 4th D Cross, 9th Main, HAL 3rd Stage, Bangalore - 560 075. Ph: 080-25257789, 09448454258.

◆ பரதவாஜம், பிரஹ்மராமம், மா திரம், 39 / 165 செ.மீ. / ரூ.20,000/-



# MAHALAXMI CATERING SERVICES

எங்கள்து முக்கியமான சேவைகள்

மாணவ விருந்தினர்  
பானம் பழங்கள்  
சென்னை - தஞ்சை

Paper and  
Disposable Cups  
Mint & Water - சூப்பர்  
பானங்கள்

சென்னை - தஞ்சை  
சென்னை - தஞ்சை  
சென்னை - தஞ்சை

சென்னை - தஞ்சை  
சென்னை - தஞ்சை  
சென்னை - தஞ்சை

சென்னை - தஞ்சை  
சென்னை - தஞ்சை  
சென்னை - தஞ்சை

Sp Tee / Coffee / Boost / Milk,  
உயர்தர பான வகைகள்.  
உயர்தர எப்போது வகைகள்.  
சிறப்பானவை திரைப்படங்களுக்கும்.  
விருந்தினர் சீக்கர்,  
நாட்டினம் பங்கு. கோ

Bridal  
Make-up

எங்கள் சேவை  
உங்கள் மகிழ்ச்சியை

Contact: S. NAGARAJAN, 52, Balamurugan Nagar, 10<sup>th</sup> Street, Keelkattalai,  
Chennai - 600 117. Phone: 2247 2255, 8546 2875 Cell: 98410 13540, 98410 77397.  
Trichy : 98424 51973 | E-mail : nagesha2600@yahoo.co.in



மாதம், ஹைதராபாத்தில் பிஹேஷ்-  
கம்பெனி யில் வேலை / சொந்த  
வியாபாரம், ஹைஸ்கூல் எப்பவது /  
பத்தாவது படித்த. 33 வயதுக்கு மேல்,  
செல்வாப் தோஷம் உள்ள, பிரமின்  
மணமகள் தேவை. தாய்மொழி வதுவாக  
இருத்தாலும் சம்மதம். விருப்பமுள்ள  
வேறு மத பெண்களும் / ஊவன்ஸ்  
ஆன பெண்களும் தொடர்பு கொள்ள  
லாம். S.Y.யில்வதானது, 7-12, ஹனு  
மான் கோவில் அருகில், பழைய  
மல்காஜிபி, ஹைதராபாத் - 500 047,  
செல்போன் : 9959842778 /  
9900776773.

#### மணமகள் தேவை

◆ சோழிய வெள்ளாளர் ஒரே பெண்  
சைவம் வயது 28, உயரம் 5.6' அடி  
BE, Wiproயில் பணி. மாத  
வருமானம் ரூ.30,000/- B.E. படித்த  
மணமகள் தேவை. சைவம் வடி  
வேற்கத்தக்கது. தொடர்பு காலை 10  
மணிக்குள் மாலை 5 மணிக்கு மேல்.  
Phone : 04142-255988. Box  
No.20373

◆◆ Single Parent (Divorcee)  
Mother Seeks groom for her  
only daughter, 22 year Iyer,  
Vadamal. Uthiram 3,  
Bharatvajam, a degree holder  
from Chennai with USA Green  
Card Holder. Groom born &  
broughtup in India and settled  
in USA with work permit /  
Greencard / Citizenship below  
27 years preferred. Email :  
hindu0205@yahoo.com. Box  
No.20374.

◆◆ Vadakalai, Srivatsam, Vizakam4,  
32 / 163. Issueless Innocent Legal

Divorcee, M.Sc., IIT SWE 10 L p.a.  
Seeks suitable Groom Below 38,  
Email : ramakrisp76@yahoo.com  
Box No.20375

◆◆ Reddiar Vegetarian Maham 31/  
164 / MCA / Fair Software Engr.  
USA. Legally Divorced within a Year  
2008. Innocent. No Children. Par-  
ents Seek Professionals / Business  
employed India / Abroad including  
Brahmins unmarried / Divorcee. No  
Children. Age 31 to 37. Prefer veg-  
etarians. BHP:sriganesha1@  
yahoo.com Box No.20376

◆ South Indian Iyer family living in  
Australia seek suitable alliance for  
their daughter, age 32, height 163  
cm, weight 60 kg. average build,  
complexion fair, advanced Diploma  
in Accounts, currently working as  
postal officer. Boy should be gradu-  
ate/diploma holder willing to settle  
in Australia. Contact : vgl\_dkrish@  
bluebottle.com Box No.20377.

◆ Vadakalai, Bharadwajam,  
Anusham, Jan 81/155 cm, B.Com.  
Employed 15,000/- pm Chennai,  
Legal Divorcee without encum-  
brance Seeks Iyengar, Groom Pref-  
erably in Chennai, below 35 years,  
earning minimum Rs.30,000/- pm.  
K.Desikan, Ph : 65415249 or  
Panchapakesan, 9840330531, web :  
ssmatri.com ID-NLGIG-3075/81.  
Box No.20378

◆ Achreyam, Iyer, Brahacharanam,  
Pooram 2, November 1981, 5'7".  
BE, MNC 8 Lacs. Seeks bridegroom  
between 29-31 PG above 9 Lacs  
TMID M1575493, Contact only if  
profile and photo suitable : S.Jeya  
raman, 044-23775831 / 9444036902,  
sjr1946@gmail.com Box No.29379





இந்தியாவின் சிறப்புமிக்க முன்னணி உதாபனம்

**Sri Gomathi Sankar Catering Service**

**ஸ்ரீ கோமதி சங்கர் கேட்பரிங் சர்வீஸ்**

**Master Cook Catering Contractors**



சுமைபல் சக்கரவர்த்தி  
மாம்பலம் G. சங்கர் ஐயர்

**பாரதம்**  
முழுவதும்

15/6, Nayakkamar Street, Near Postal Colony, West Mambalam, Chennai - 600 033.

Ph: 2371 2318 Cell: 98411 13559, 93810 53924, 2483 2334 (R)

## கோயில் தீருநீறு

கோயில் பூசாரிகள் பக்தர்களுக்கு, நெற்றியில் இடும் அளவுக்கு திருநீறும், குங்குமமும் கொடுத்தால் போதும். தேவைக்கு மீறி கொடுப்பதால் பக்தர்கள் நெற்றியில் இட்டது போக மீதித் திருநீறு, குங்குமத்தை கோயில் கவரி லேயே தட்டிவிட்டுச் செல்வார்கள். இதனால் கோயில்கள் பாழாகி விடுகின்றன. 'கோயில் சுத்தம் கோடி புண்ணியம்' என்று சொல்வார்கள். பக்தர்களுடன் இணைந்து கோயில் பூசாரிகளும் ஒத்துழைத்தால் தூய்மை காக்கலாம்.

- பெ. கஸ்தூரி பிரகாஷ்,

மதுரை - 30



◆◆ For a Kannada Sennartha Bharadwaja Thiruvadilai 24 / 5'1" fair slim B.Com, MCA girl executive in Private Bank Chennai. Seeks alliance with well employed, good family background boy ME / BE / CA. Kannada, Tamil Telugu Brahmin Subjects no bar. adityuvnkrmn@gmail.com Box No.29380.

◆ Tamil Iyer Brahacharanam, Koundinyam, 163 cm, B.Com, Visakami-1, 1972, legal divorcee without encumbrance. Soft nature girl seeks understanding, good nature and affectionate groom. Simple Marriage. Box No.29381

◆ ஐயர், பிரகாசனம், பூவத்சம், மூலம்-1, டிசம்பர் 29.12.1978, உயரம் 150 செ.மீ, BE எப்புவேர், வருமானம் ரூ.1,00,000/- மாதம், அமெரிக்காவிலிருந்து மாத இறுதியில் சென்னை வரும் பெண்ணிற்கு தகுந்த வரன் தேவை. எம்.ஐ.எஸ்.சி, போன் : 91761 81832. பெட்டி எண் : 29382

◆◆ Telugu Brahmin (Tamilnadu settled), Mulakanadu, Haridasa, Dhanista (Avittam), 35 / 167, Software Engineer, USA, Green Card holder seeks South Indian Brahmin boy already employed in US. Email vgvindan@gmail.com Phone 044-2278 1842. No divorcee / no second marriage. Box No.20383

◆ ஐயங்கார், தென்கலை, 27, 5'5", கல்யாண கோதாம், உத்திரப்பதி, MCA,

GNITT. நல்ல வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. உப்பிரிவு சம்மதம். தொடர்புக்கு : 994835719. பெட்டி எண் : 20384

◆◆ Iyengar, Graduate, 37, Well employed, good looking girl, legal divorcee without encumbrance seeks Tamil brahmin groom, below 43, graduate, well employed, clean habits. Send details horoscope, photo (must), Email reply2rose81@yahoo.com Box No.20385

◆ ஜங்கம் (தாயுடு) திருவேணம், 26, 5'3" BE (CS) எப்புவேர் இன்ஜினியராக (MNC)யில் பணிபுரியும், போலியோலினால் இடது கால் மறிக்கப்பட்டு L Bow பயன்படுத்தும் அழகான மணப்பெண்ணுக்கு நல்ல பணியில் உள்ள குணமுள்ள, மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் 20386

◆ Vadamal, Koundinyam, Krithigal (3), July 84 / 155 / V. Fair BE, Seeks Iyer (Vadamal / Braha-charanam) Profesional Well-to-do Family Chennai only. Own Business also acceptable. 9884033572, Website : ssmatri.com ID 81333. Box No.20387

◆◆ Iyer Vadama, Kousikam, Moolam, 4th Padam, 150, D/b November 79, Good looking very fair BE, S/W PM Bangalore. Seeks prof Qualified Bangalore based boy. Contact : 080-25473049. Box No.20388

◆◆ குறிப்பிட்ட திருமண விளம்பரங்களை மங்களகரம் மலரின் இணைய தளத்திலும் காணலாம். இதழுடன் சேர்த்து இணையதளத்திலும் வெளியிட உடுதல் வட்டணம் ரூ.100/- மட்டுமே  
Our website : [www.mangayarmalaronline.com](http://www.mangayarmalaronline.com)

# ஜூலை மாதம் எப்படி?

|     |  |      |         |
|-----|--|------|---------|
|     | செ                                     | சுக் | த<br>பு |
| கரு | 1.7.2009<br>சுற்று<br>ராசி<br>கிரகநிலை |      | கே      |
| ரா  |  |      | சனி     |
|     |  | சந்  |         |

கிரக நிலை

ராசி பலன்களும்,  
எளிய  
பரிகாரங்களும்

சுனித்து வழங்குபவர் :

டாக்டர் முருகபிமை துரைராஜ்





## மேஷம்

(அகலினி,  
பரணி,  
கார்த்திகை 1ம்  
பாதம்)

**மேஷ ராசி நேயர்களே!** பெரும் பாவாண கிரகங்கள் சாதகமாகவே உள்ளன. திருமணம் ஆகாதவர்களுக்குத் திருமணம் ஆகும். குடும்பத்தில் விருந்து விசேஷம் எவ எப்போதும் சந்தோஷம் நிலவும். அரசு வழி அனுகூலம் தேடி வரும். இளைய சகோதர வழியில் ஏற்றம் உண்டாகும். வேறு மொழி பேசுவோரின் உதவியும் ஒத்தாசையும் கிட்டும். உத்தியோகத்திலிருப்பவர்களுக்குப் பதவி உயர்வு அதன் காரணமாக இட மாற்ற மும் கிட்டும். இனசத்துறையினர்க்குப் புகழ் கூடும். கணவன் மனைவி இடையில் சந்தோஷக் காற்று வீசும். உணவு விஷயத்தில் மிகுந்த கட்டுப்பாடு தேவை.

3.7.2008 காலை மணி 7.54 முதல் 5.7.2009 மாலை மணி 7.31 வரை சந்திராஷ்டமம். புதிய முயற்சிகளில் நிதானம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 6, 9, 1, 5. அதிர்ஷ்ட திறம் இனஞ் சிவப்பு.

**பரிசாரம் :** பிரதி செவ்வாய் மாலை 3-4.30 மணிக்குள் பிரத்யங்கரா தேவியைக் கனி மாலை சாற்றி, தேன் கலத்த பேரிச்சம் பழத்தை வைத்து ருங்கும அர்ச்சனை செய்து வழிபடவும். இயலாதவர்கள் அருகில் ஒரு சக்தி ஆலயம் சென்று வழிபடவும்.

(கார்த்திகை 2, 3, 4 பாதங்கள்,  
ரோகிணி, மிருக சீரிஷம் 1, 2  
பாதங்கள்)

**ரிஷப ராசி நேயர்களே!** அறிமுகம் இவ்வாதவர்களிடம் எச்சரிக்கையாக இருக்கவும். கண் சம்பந்தமான உபாசைகள் வர வாய்ப்பு உள்ளது. சகோதர வழி உறவுகளால் சங்கடம் உண்டாகும். தந்தை யுடன் கருத்து வேறுபாட்டைத் தவிர்க்கவும். கணவன் மனைவி இடையில் கருத்தொற்றுமை தேவை. கூடி பேசி முடிவெடுத்தால் கோடி நன்மை உண்டாகும். காதலர்கள் வீண் வார்த்தை ஜாலங்களுக்கு மயங்க வேண்டாம். புதிய முதலீடு செய்யும்போது மிகமிக எச்சரிக்கை தேவை. மாணவர்கள் கடுமையான சிரயாசையெடுத்து படிக்க வேண்டும். பணியாளர்கள் அவ்றாட அலுவலன் அவ்றே முடித்து, உயர் அதிகாரிகளிடம் பக்குவமாக நடந்து கொள்வது நலம். யாருக்கும் ஐயமீன் எகயெழுந்து போட வேண்டாம்.

5.7.2008 மாலை மணி 7.31 முதல் 8.7.2009 காலை மணி 8.30 வரை சந்திராஷ்டமம். பஸ் விவகாரங்களில் எச்சரிக்கை தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள்: 5, 6, 9, 4. அதிர்ஷ்ட திறம் வயலட்.

**பரிசாரம்:** யோக நரகிம்மரை வழிபடவும். இயலாதவர்கள் அருகில் உள்ள மகாலிஷ்ணு ஆலயம் சென்று வழிபடவும். அதுவும் இயலாதவர்கள் பிரதி வெள்ளிக்கிழமை காலை மணி 10.30 - 12 ராகு காலத்தில் வீட்டிலேயே குத்து விளக்கு ஏற்றி அதனை மகாலட்சுமி யாக தினைத்து வழிபடவும்.



**ரிஷபம்**





# மிதுனம்

(மிருக

சரிஷபம் 3, 4

பாதுக்கள், திரு

வாதினா, புனாபூசம் 1, 2, 3

பாதுக்கள்)

**மிதுன ராசி நேயர்களே!** உமது புத்தி கூர்மையும் செயல்திறனும் பளிச்சிடும். தொட்டது துலங்கும். குடும்பத்தில் அவ்வப்போது சிறிதளவு ஊடலும் கூடலும் சகஜமே. குடும்பத்தினர் ஒருவருக்கு ஒருவர் அணுசரித்துப் போவதும் நலம். சிலர் பணி நிமித்தம் அவ்வது உயர் கல்விக்காக வெளிநாடு செல்வ தேரும். தடைப்பட்ட பதவி உயர்வுகிடைக்க இடமுண்டு. புதிய முதுவீடுகள் பெருகும். பங்கு வர்த்தகத்தில் எச்சரிக்கையுடன் ஈடுபடவும். யாருக்கும் ஜாமீன் கையெழுத்து போடவேண்டாம். இசை, நடனம் நடிப்பு போன்றவற்றால் புகழ் கூடும். கடன் நீரும். கவலை எது வானாலும் அவை கதிர் முகம் கண்ட பணி போல விலகும். கடன் கைசல் செய்யும் மூல ஆவணங்களைத் தவறாமல் திரும்பப் பெறுவது அவசியம்.

8.7.2009 காலை மணி 8.30 முதல் 10.7.2009 இரவு மணி 9 - வரை சந்தரஷ்டமம். புதிய முடிவுகள் எடுப்ப இல் பதற்றம் தவிர்க்கவும் அதிர்ஷ்ட எண்கள் 1, 5, 6 அதிர்ஷ்ட நிறம் பச்சை.

**பரிவாரம் :** தினசரி சூரிய தமஸ்காரம் செய்க. சந்தியா வந்தனம் செய்யும். தாய் தந்தையின் மனமுயர்ந்த ஆசிர்வாதத்தைப் பெறுவது அவசியம். சிறிது புதல் கிழமை மகாவிஷ்ணுவைத் துள்ளி மாலை சாத்தி வழிபடவும்.

(புனாபூசம் 4ம் பாதம், பூசம், ஆயிரியம்)

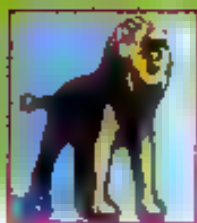
**கூடகராசி நேயர்களே!** உடல்நலனில் கவனம் தேவை. வயிறு சம்பந்தமான உபாதைகளுக்கு இடமுண்டு. பணம் கையாளும் பணியிலிருப்போர் மிக்க எச்சரிக்கையுடன் பணிபுரிதல் அவசியம். பிறர் பணத்தை வாங்கி வைத்திருந்து திரும்பக் கேட்கும்போது நரும் பழக்கத் தைத் தவிர்க்கவும். உமது மகன் அவ்வது மகன் திடீர் காதல், திடீர் கல்யாணம் என வந்து திற்பர். கணவன் மனைவி இடையில் கருத்தொற்றுமை அவசியம். கலந்து பேசி முடிவெடுப்பது நலம். பதவி உயர் காரணமாக வேலைப்பளு கூடும். தாயாரின் உடல் தலத்தில் கூடுதல் கவனம் செலுத்தவும். சிலர் பூர்வீகம் விட்டு வேறு ஊரில் சென்று குடியமர தேரிடும். பங்கு வர்த்தகத்தில் ஈடுபட் டோருக்கு கையைக் கடிக்காமல் மீள் வதற்கு உகந்த வழி உண்டாகும். சொத்தபத்தங்களாலும் மூத்த சகோதரி வழியிலும் சங்கடமும் எதிர்பாராத செயல்களும் உண்டாகும்.

10.7.2009 இரவு மணி 9.10 முதல் 13.7.2009 காலை மணி 8.34 வரை சத் திராஷ்டமம் கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 1, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் இளம் பச்சை மற்றும் வெளிர்நிறம்.

**பரிவாரம் :** தினசரி விநாயகரை வழி படவும் காரிய சித்திமாலை படிக்கவும். பெண்ணியவன்று அம்பாளைத் தரிசிக்க வும். இயலாதவர்கள் ஓம் சக்தி! பராசக்தி என ஜெபித்து வர தன்று.

**கடகம்**





## சிம்மம்

(மகம், பூரம்,  
உத்திரம் 1ம்  
பாதம்)

சிம்மராசி நேயர்களே! வாக்கினால் ஜீவனம் புரிவோர் ஏற்றம் பெறுவர், கொடுத்த வாக்குறுதிகளை நிறைவேற்றி விடலாம். உத்யோகப் பிரிவினருக்கு பதவி உயர்வு கிட்டும். புனிதஸ்தலங்களுக்குச் சென்றுவர நேரும். உயர் அதிகாரிகளின் பாராட்டைப் பெறுவர். புதிய முயற்சிகளில் அபார வெற்றி கிட்டும். எதிர்பாராத பண வரவுகளுக்குப் பஞ்ச மில்லை. எதிரிகள் விலகுவர். கோர்ட் வழக்கில் வெற்றிகிட்டும். சிறு சிறு மனஸ்தாபம் காரணமாக பிரிந்து வாழும் தம்பதியர் இணைந்து வாழ இடமுண்டு. கருவுற்ற தாய்மார்கள் மிகவும் கவன முடன் செயல்படவும். பணி மற்றும் தொழில் நிமித்தம் வெளியூர் சென்றுவர மிக்க ஆதாயம் கிட்டும். சமுதாயப் பணிகளில் ஈடுபட்டோர் மக்களின் பேராதரவைப் பெறுவர். கூட்டுத் தொழில் புரிபவர்கள் எச்சரிக்கையுடனிருப்பது நலம். நேரவியபேரங்கள் அனுசூலம் தரும்.

13.7.2009 காலை மணி 8.31 முதல் 13.7.2009 மாலை மணி 5 மணி வரை சந்திராஷ்டமம், கவனம் தேவை. புதிய முடிவுகளில் பதற்றம் வேண்டாம். அதிர்ஷ்ட எண்கள் 1, 3, 5, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் வெப்ப.

**பரிசாரம் :** பிரதோஷ காலத்தில் சிவாலய தரிசனம் செய்க. சிவபராணம் படிக்கவும். 'சிவாய நம' என்றோ அல்லது 'ஓம் நமோ நாராயண' என்றோ சிந்தையாலே சொல்லுங்கள். இயலாதவர்கள் தினசரி 108 முறை எழுதுங்கள்.

(உத்திரம் 2, 3, 4 பாதங்கள்,  
ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2  
பாதங்கள்)

கன்னி ராசி நேயர்களே! உம் கர்மன் கூட்சி இதனால் மகாலட்சுமி யோகம் உண்டாகிறது. 11ம் சேது, தெய்வபலம் மிகும். தொட்டது துலங்கும். பங்குவர்த்தம் மேலோங்கும். மாமன், எம்த்துவர் உறவு பலப்படும். அரசுக்குச் செலுத்த வேண்டிய தவணைகள் மற்றும் வரி பாக்கிகளைப் பைசல் செய்வீர்கள், பெண்களால் வாழ்வில் வளமும் நலமும் கூடும். வாக்கினால் ஜீவிதம் புரிவோர் ஏற்றம் பெறுவர். வெளிநாட்டுத் தொடர்பால் ஸாபம் மிகும். பெண்கள் வீரும் பியதை வாங்கி மகிழ்வர். கணவன் மனைவி இடையில் அன்போன்யம் அதிகரிக்கும். ஒருவருக்கு ஒருவர் புரிந்துணர்வுடன் விட்டுக்கொடுத்துப் போக தேரிடும். அரசியலில் செல்வாக்கு கூடும். புனித ஸ்தலங்களுக்குச் சென்றுவர நேரும். ஞானிகள் மகான்கள் அருளாகி கிட்டும். இவ்வுத்தில் இவிரையையும் உவ்வுத்தில் மகிழ்ச்சியும் பெருகும். கடன் கணிசமாகத் தீரும்.

15.7.2009 மாலை மணி 5.06 முதல் 17.7.2009 இரவு மணி 10.01 வரை சந்திராஷ்டமம், கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 5, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் பச்சை.

**பரிசாரம் :** பிரதி புதன் சிமனம் மகாலிஷ்டுளவையும் பிரதி செவ்வாய் வக்ஷி நரசிம்மஸூரையும் வழிபாடவும். விஷ்ணு சக்ரஸ்தாமம் பாராயணம் செய்க.

**கன்னி**





# துலாம்

(சித்திரை 3, 4  
பாதங்கள், சுவாதி,  
விசாகம் 1, 2, 3 பாதங்கள்)

துலாம் ராசி நேயர்களே! அரசு வழியில் கிடைக்கும் ஆனவைகள் சாதகமாக அமையும். உயர் அதிகாரிகளிடம் சற்று பக்குவமாக நடந்து கொள்ளவும். அன்றாட அலுவல்களை அல்லது இலக்கினை சரியாக முடித்து விடுவது நலம். கன்ச சம்பந்தமான உபாஸ்தைக்கு இடமுண்டு; கவனமுடன் இருக்கவும். இளைய சகோதர வழியில் ஏற்றம் கிட்டும். விரோதிகள் விவசுவர். பூலிகச் சொத்தில் வில்லங்கம் அகலும். சிலர் தந்தை செய்த பணிகளை ஏற்று நடத்த நேரிடும். பணம் கையாடும் பணி விவிரும்போர் மிகவும் கவனமுடன் பணி செய்வது நலம். வீட்டில் பெண்கள் அனுசரித்துப் போவது நன்று. யாருக்கும் ஜாபின் கையெழுத்து போட வேண்டாம். நடப்பு, நடனம், வினையாட்டு போன்றவற்றில் புகழ் கூடும்.

17.7.2009 இரவு மணி 9.01 முதல் 19.7.2009 இரவு மணி 11.41 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. புதிய முடிவுகள் எடுப்பதில் பதற்றம் தவிர்க்கவும். அதிர்ஷ்ட எண்கள் 5, 6, 9, 4 அதிர்ஷ்ட நிறம் வயலட்.

பரிசாரம் : பிரதி வெள்ளிக் கிழமை ராகு காலத்தில் வீட்டில் விவசுவர் பூஜை செய்து கமங்கலிகளுக்குக் குங்குமம் தாம்பூலம் தரவும். மஹா வக்ஷமி வை நாமஸ்தோத்திரம் பாராயணம் செய்வது நலம்.

(விசாகம் 4ம் பாதம்,  
அனுஷம், கேட்டை)

விருச்சிக ராசி நேயர்களே! பெரும் பாவாவ கிரகங்கள் சாதகமாகவே உள்ளன. வெற்றிகளைச் குவிப்பீர்கள். வாக்குறுதிகள் அளித்த வகையில் சில சங்கடங்களைச் சந்திக்க நேரிடும். கருவுற்ற பெண்கள் கவனமாக இருக்க வேண்டும். மருந்து மூலம் அவர்தி உண்டாக இடமுண்டு. செய்தொழிலில் கடினப் பிரயாசை நிலவும். எவ்விதும் வருவாய், லாபம் போன்றவற்றுக்குக் குறைவில்லை. உமது ஆலோசனையைக் கேட்டு நடப்பவருக்கும் நன்மைகள் பெருகும். விவாக ரத்து கோரிய வழக்கில் திடீர் திருப்பம் நிகழும். இஷ்ட தெர்வ, குவதெய்வப் பிரார்த்தனைகளுக்கு நல்ல பலன் கிட்டும். பிரயாஸத்தின்போது உமது உடமைகளில் கூடுதல் கவனம் செலுத்தவும். புதிய முதலீடுகள் செய்வதில் வெற்றி நிச்சயம். உணவுக்கூடம், பல சர்க்கு, கணினி மையம், ஒப்பனை மையம் போன்ற தொழில் புரிபவர்கள் ஏற்றம் காண்பர். வேறு மொழி பேசுவோரால் எதிர்பாராத உதவி கிடைக்கும் 19.7.2009 இரவு மணி 11.43 முதல் 21.7.2009 இரவு மணி 11.38 வரை சந்திராஷ்டமம் கவனம் தேவை. பாக்கிகளை வசூலிப்பதில் பதற்றம் தவிர்க்கவும். அதிர்ஷ்ட எண்கள் 6, 9, 1, 5 அதிர்ஷ்ட நிறம் இளஞ்சிவப்பு.

பரிசாரம் : பிரதி செவ்வாய், ஸ்ரீதேவிக்குமாரியம்மனை வழிபடவும். ராகு காலத்தில் 3 - 4.30 மணிக்கு துர்க்கையம்மனுக்கு தீபம் ஏற்றி குங்கும அர்ச்சனை செய்யு. துர்க்காஸ்தவம் (ஸ்ரீ துர்க்கைச் சித்தர் அருளியது) பாராயணம் செய்க. கைமேல் பலன் உறுதி!



விருச்சிகம்





# தனுசு

(மூலம், பூரணம்,  
உத்திராடம் 1ம்  
பாதம்)

தனுசுராசி தேயர்களுே உமது ராசி நாதன் சில் உள்ள சனிபகவானைப் பார்ப்பதால் பூர்விக நளம் கிடைப்பதில் நிவலிய சிக்கல் தீரும். வெளிநாடு செல்ல எடுத்த முடிவுகள் சாதகம் ஆகும். வரவேண்டிய பாக்கிகள் வசூல் ஆகும். கடவ்தீரும். காதல் மனஅமைதி தரும். மகள் அல்லது மகள் வாழ்வில் வசந்தம் வீசும். கோர்ட் வழக்கில் வெற்றி கிட்டும். நாய் வழியிலான உதவியும் ஒத்தாளையும் கிட்டும். உத்தியோகம் புரிபவர்கள் விரும்பிய இடமாற்றம் பெறுவர். கல்வி பயில்வோர் கருத்துடன் படிப்பது நலம். பண விவகாரத்தில் எப்போதும் விழிப்புடன் இருப்பது நலம். சிலர் தந்தையின் தொழிலை ஏற்று நடத்த நேரும். திருப்பணிகளில் ஈடுபட வாய்ப்புள்ளது. தெய்விகப் பிரார்த்தனைகளை விருப்பமுடன் நிறைவேற்றுவீர்கள். பங்குவர்த்தகம் மிகவும் பயன்தரும். பணம் தன்னீராய்ச் செலவாகும். கணியசமாக ரொக்கம் எடுத்துக் கொண்டு பிரயாணம் செய்வதைத் தவிர்க்கவும்.

21.7.2009 இரவு மணி 11.30 முதல் 23.7.2009 இரவு மணி 11.10 வரை சந்திராஷ்டமம், அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 6, 8, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் பொன் நிறம்.

**பரிசுரம் :** பிரதி வியாழன் தட்சிணாமூர்த்தி தெய்தீபம் ஏற்றி மஞ்சள் நிற மலர்களால் அர்ச்சித்து வணங்கவும். இயன்ற அளவு உதவிகளைச் செய்து அவர்களது நல்லாகியைப் பெறுவது நலம்.

(உத்திராடம் 2, 3, 4 பாதங்கள், திருவோணம், அவிடம் 1, 2 பாதங்கள்)

குருபார்த்த சனி குபேரயோகம் தருவார் என்பது மரபு. அஷ்டமச்சனி என்ற கவலை வேண்டாம். செய்தொழிலில் புது வித யுக்திகளைக் கையாள்வீர்கள். வாயம் மிகுந்து காணும். பூர்விக வீட்டில் குடியேற நேரும். பிரிந்து வாழும் தம்பதியர் இணைந்து வாழ இடமுண்டு. வீடு, மனை, பூமி வாங்கும் யோகம் உண்டு. ரியல் எஸ்டேட் செய்வோர் ஏற்றம் பெறுவர். அரசு வழியில் நிலவிய அச்சம் அகலும். மேல் முறையீடுகள் எதுவானாலும் மாத்தின் முற்பகுதியில் வெற்றி கிட்டும். வெளிநாட்டுத் தொடர்பு கிட்டும். வற்றுமதி இறக்குமதி, மேள்பவர், சிவில் கன்ஸ்ட்ரக்ஷன், கோட்டக்கலை போன்ற தொழில் புரிவோர் மிகுந்த அனுசூலம் அடைவர். குடும்பத்தில் சுபசெய்வுகள் வந்த வண்ணமிருக்கும். விலகிப் போன சொந்தங்கள் வந்து உறவாடுவர். தேனவயற்ற பயணங்களைத் தவிர்க்கவும். பணம் கையாள்வதில் மிக்க எச்சரிக்கை தேவை. கணவன் மனைவி இடையில் கருத்து ஒற்றுமை தேவை.

23.7.2009 இரவு மணி 11.10 முதல் 25.7.2009 காலை 0.40 (25.7.2009 இரவு மணி 12.40) வரை சந்திராஷ்டமம், கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 6, 8, 9 அதிர்ஷ்ட நிறம் நீலம்.

**பரிசுரம் :** பிரதி சனிக்கிழமை ஸ்ரீவெங்கடாஜலபதியை வழிபடவும். திவசரி வெங்கடேஸ்வர சுப்பரபாதம் கேட்கவும். அல்லது படிக்கவும்.

**மகரம்**





# கும்பம்

(அனிப்பம் 3, 4

பாதுங்கள். சதயம்,

பூட்டாதி 1, 2, 3

பாதுங்கள்)

**கும்பராசி** நேயர்களே வாக்கினால் ஜீவனம் புரிபவர்கள் ஏற்றம் பெறுவர். குடும்பத்தில் குதூகலம் பெருகும், கொடுக்கல் வாங்கல் சரளமாகும். செய் தொழில் எதுவானாலும் பணியாட்களின் ஒத்தாசை கிட்டும். கொடுத்த வாக்கைக் காப்பாற்றலாம். இன்றையரும் கூடும். இன்னல் விலகும். கண்சம்பந்தமான உபாஸைகள் வந்து விலகும். அரகவழி அனுகூலம் கிட்டும். வெளிநாட்டுத் தொடர்பினால் தொழில் வழியில் மிகுந்த பரபரப்புடன் திகழ்வீர்கள். பெண்கள் விரும்பிய ஆடை அணிமணிகளை வாங்கி மகிழ்வர். ரியல் எஸ்டேட், சிலில் காண்ட்ராக்ட், தோட்டக்கலை, அழகு நிலையம், விளையாட்டு, கால்நடை வளர்ப்பு போன்ற பிரிவினர் முன்னேற்றம் அடைவர். தந்தையின் உடல் நலனில் மிக்க கவனம் தேவை. கணவன் மனைவி இடையில் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். சிலரது காதல் கல்யாணத்தில் முடிய வாய்ப்புள்ளது. அரகக்குச் செலுத்த வேண்டிய வரி பாக்கிகளைச் செலுத்தி விடுவது நன்று.

26.7.2009 காலை 0.40 (25.7.2009 இரவு மணி 12.40) முதல் 28.7.2009 காலை மணி 5.40- வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 6, 9, 8. அதிர்ஷ்ட நிறம் புகை வண்ணம்.

**பரிசாரம் :** குருவாயூரப்பனைப் பக்தி சிந்தையுடன் வழிபடவும். அவல் பாயசம் வைவேத்யம் செய்யவும். குறைகள் தீரும்.

(பூட்டாதி 4ம் பாதம், உத்திராபாதி, ரேவதி)

**மீன ராசினேயர்களே!** செய் தொழில் வில் நிலவிய அனலுக்கழிப்பு அகலும். செல்வந்தர்களின் நட்பு கிட்டும். கடன் தீரும். சகோதர வழியிலான உறவில் எதிர் பாராத சஞ்சலமும் சங்கடமும் உண்டாகும். பணப்புழக்கம் சரளமாகும். 3ம் க்ரன் ஆட்சிநீனால் விபரீத ராஜ்யோகம் உண்டாகிறது. சிலருக்கு வெளிநாடு செல்ல வாய்ப்பு கிட்டும். இஷ்ட தெய்வத்துக்கு மற்றும் குல தெய்வத்துக்கு நேர்த்திக் கடன் செலுத்துவீர்கள். வேற்று மொழி பேசுவோரால் நன்மை கிட்டும். பதவி உயர்வு காரணமாக இட மாறுதலுக்கு இடம் உண்டு. தாய் தந்தையர் உடல்நலனில் கூடுதல் கவனம் தேவை. தவணைகள் மற்றும் நிலுவை வரிகளைத் தடையின்றி செலுத்துவீர்கள். வெளிநாடு செல்வோர், பயண ஆவணங்களைக் கவனமாகக் கையாள்வது அவசியம். பேச்சில் பதற்றத்தைத் தவிர்க்கவும். இளம் குழந்தைகள் உடல் நலனில் கவனம் தேவை.

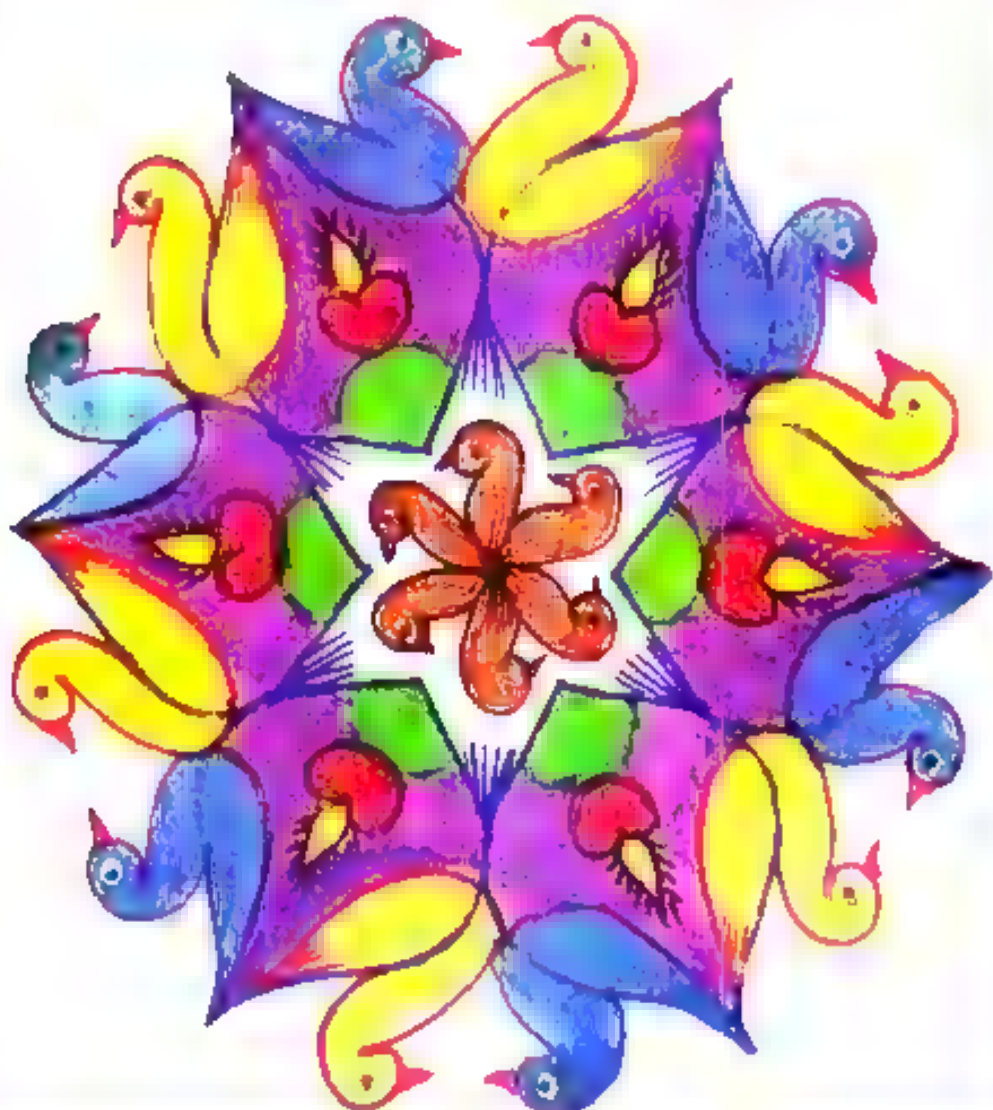
28.7.2009 காலை மணி 5.24 முதல் 30.7.2009 பகல் மணி 1.56 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 6, 8, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் பொன் நிறம்.

**பரிசாரம் :** பிரதி வியாழன் காலை 6 மணி முதல் 7 மணி வரை மெளன விரதம் அனுஷ்டிக்கவும். ஸ்ரீதக்கிணா மூர்த்திக்கு தெய்தீபம் ஏற்றி, மஞ்சள் திற மலர்களால் அர்ச்சித்து வணங்கவும்.



**மீனம்**

# வாத்துக் தோலம்!



எஸ். ஏ. ஸ்வர்ணரேகா, நாச்சியாபுரம்.

அடைப்படிம் : ஸ்ரீமதி

என்றும் உங்களுடன்

# மாங்கையர் மலர்

ஜூலை 2009 இதழுடன் இணைப்பு

பாட்டி முறுக்கு

தேவை : பச்சரிசி - 1 படி, உளுத்தம்  
பருப்பு, எள்ளு - 1 பிடி, உப்பு, எண்ணெய்  
- தேவைக்கு

செய்முறை : உளுத்தம்பருப்பைப் வறுத்  
துப் பொடித்து சலிக்கவும். பச்சரிசி மாணில்  
உளுந்தமாலையும் எள்ளையும் சேர்த்து  
நன்கு கலந்த பிறகு, கெட்டியாகப் பிசைத்து  
முறுக்கு சுற்றி, எண்ணெயில் பொறித்தெடுக்  
கவும்.

- அனுராதா, கோவை

வாசகியர் கைவண்ணத்தில்

சட்டி பானை சமையல்

64!



என்றும் உங்களுடன்

# மாங்கையர் மலர்

ஜூலை 2009 இதழுடன் இணைப்பு

பாட்டி முறுக்கு

தேவை : பச்சரிசி - 1 படி, உளுத்தம்  
பருப்பு, எள்ளு - 1 பிடி, உப்பு, எண்ணெய்  
- தேவைக்கு

செய்முறை : உளுத்தம்பருப்பைப் வறுத்  
துப் பொடித்து சலிக்கவும். பச்சரிசி மாணில்  
உளுந்தமாலையும் எள்ளையும் சேர்த்து  
நன்கு கலந்த பிறகு, கெட்டியாகப் பிசைத்து  
முறுக்கு சுற்றி, எண்ணெயில் பொறித்தெடுக்  
கவும்.

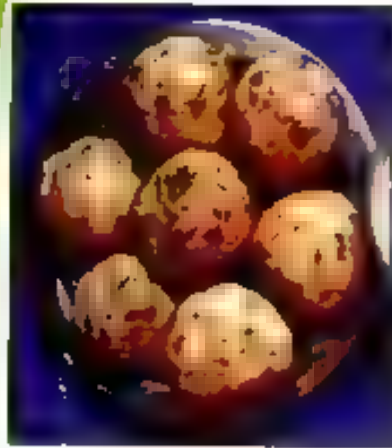
- அனுராதா, கோவை

வாசகியர் கைவண்ணத்தில்

சட்டி பானை சமையல்

64!





### சூழிப்பணியாரம்

**தேவை :** பச்சரிசி, புழுங்கல் அரிசி - தலா 1 கப், அவல், உளுத்து - தலா ¼ கப், பச்சை மிளகாய் - 2, சின்ன வெங்காயம் - 6, தேங்காய்த் துருவல் - ½ கப், வெந்தயம், கடுகு, உளுத்து - தலா அரை மஸ்பூன், புதினா, மல்லி, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** முதல் தாள இரவே ஊற வைத்த அரிசி, உளுத்து, அவல், வெந்தயம் இவற்றை மைய அரைத்து உப்பு சேர்க்கவும். எண்ணெயில், கடுகு, உளுத்து தாளித்து வெங்காயம், பச்சை

மிளகாய், தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து வதக்கி மையில் சேர்க்கவும். பணியாரச் சட்டியில் ஊற்றி, திருப்பி வேக விட்டு எடுக்கவும்.

- வேபத்மலாதி, திருப்பத்தூர்

## மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### சூழிப்பணியாரம்

**தேவை :** பச்சரிசி, புழுங்கல் அரிசி - தலா 1 கப், அவல், உளுத்து - தலா ¼ கப், பச்சை மிளகாய் - 2, சின்ன வெங்காயம் - 6, தேங்காய்த் துருவல் - ½ கப், வெந்தயம், கடுகு, உளுத்து - தலா அரை மஸ்பூன், புதினா, மல்லி, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** முதல் தாள இரவே ஊற வைத்த அரிசி, உளுத்து, அவல், வெந்தயம் இவற்றை மைய அரைத்து உப்பு சேர்க்கவும். எண்ணெயில், கடுகு, உளுத்து தாளித்து வெங்காயம், பச்சை

மிளகாய், தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து வதக்கி மையில் சேர்க்கவும். பணியாரச் சட்டியில் ஊற்றி, திருப்பி வேக விட்டு எடுக்கவும்.

- வேபத்மலாதி, திருப்பத்தூர்

## மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### கம்பங்களி

**தேவை :** வறுத்து அரைத்த கம்பு  
மாவு - 1 ஆழாக்கு, அரிசி நொய் - 1  
ஆழாக்கு, தண்ணீர் - 4 ஆழாக்கு, உப்பு  
- தேவைக்கு

**செய்முறை :** இரண்டு ஆழாக்கு  
கொதி நீரில், அரிசி நொய்யைப் போட  
வும். வெந்து கெட்டியானதும் இரண்டு  
ஆழாக்கு நீரில் கரைத்த கம்பு மாலைக்  
கொட்டிக் கிளறி, உப்பு சேர்த்து,  
உருண்டைகளாகப் பிடித்துப் பரி  
மாறவும்.

- கே. ராஜேஸ்வரி, மணப்பாறை



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### கம்பங்களி

**தேவை :** வறுத்து அரைத்த கம்பு  
மாவு - 1 ஆழாக்கு, அரிசி நொய் - 1  
ஆழாக்கு, தண்ணீர் - 4 ஆழாக்கு, உப்பு  
- தேவைக்கு

**செய்முறை :** இரண்டு ஆழாக்கு  
கொதி நீரில், அரிசி நொய்யைப் போட  
வும். வெந்து கெட்டியானதும் இரண்டு  
ஆழாக்கு நீரில் கரைத்த கம்பு மாலைக்  
கொட்டிக் கிளறி, உப்பு சேர்த்து,  
உருண்டைகளாகப் பிடித்துப் பரி  
மாறவும்.

- கே. ராஜேஸ்வரி, மணப்பாறை



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### வாழைப்பூ குழம்பு

**தேவை :** ஆய்ந்த வாழைப்பூ - 15, இஞ்சி - 1 துண்டு, பூண்டு பற்கள் - 2, எண்ணெய், கடுகு, வெந்தயம் - தாளிக்க தலா ½ டீஸ்பூன், சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், தேங்காய் - 6 துண்டுகள், மிளகாய்ப்பொடி, மல்லி பொடி - தலா 1 டீஸ்பூன், புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் தாளித்த கடுகு, வெந்தயத்தில் வாழைப்பூவை வதக்கி, கரைத்த புளி, உப்பு, பொடி வகைகளைச் சேர்த்துக் கொதிக்க வைக்கவும். தேங்காய், இஞ்சி, கடுகு, வெந்தயம்

பூண்டு, சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கொதிக்க வைத்து, வெந்தயடன் இறக்கவும்.

- கோசல்வதி, புதுச்சேரி

## மங்கையர் மலர் தாத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்



### வாழைப்பூ குழம்பு

**தேவை :** ஆய்ந்த வாழைப்பூ - 15, இஞ்சி - 1 துண்டு, பூண்டு பற்கள் - 2, எண்ணெய், கடுகு, வெந்தயம் - தாளிக்க தலா ½ டீஸ்பூன், சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், தேங்காய் - 11 துண்டுகள், மிளகாய்ப்பொடி, மல்லி பொடி - தலா 2 டீஸ்பூன், புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் தாளித்த கடுகு, வெந்தயத்தில் வாழைப்பூவை வதக்கி, கரைத்த புளி, உப்பு, பொடி வகைகளைச் சேர்த்துக் கொதிக்க வைக்கவும். தேங்காய், இஞ்சி, கடுகு, வெந்தயம்

பூண்டு, சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கொதிக்க வைத்து, வெந்தயடன் இறக்கவும்.

- கோசல்வதி, புதுச்சேரி

## மங்கையர் மலர் தாத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

### சோள சாதம்

**தேவை :** வெள்ளை சோளம் - 1 கப், தண்ணீர் - 2 கப், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சோளத்தை நீர் தெளித்து பிசறி, உரலில் இடித்து, உயி நீக்கவும். சட்டியில் கொதிக்கும் நீரில், புடைத்த சோளத்தைப் போட்டு வேக வைத்து உப்பு சேர்த்துக் கிளறி இறக்கவும்.

- என்.ஜே.வனஜா,  
திருவாரூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### சோள சாதம்

**தேவை :** வெள்ளை சோளம் - 1 கப், தண்ணீர் - 2 கப், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சோளத்தை நீர் தெளித்து பிசறி, உரலில் இடித்து, உயி நீக்கவும். சட்டியில் கொதிக்கும் நீரில், புடைத்த சோளத்தைப் போட்டு வேக வைத்து உப்பு சேர்த்துக் கிளறி இறக்கவும்.

- என்.ஜே.வனஜா,  
திருவாரூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### பூண்டு வேகியம்

**தேவை :** பூண்டு பற்கள் - 15, பால் - 1 கப், பனங்கற்கண்டு - 50 கிராம், நெய் - சிறிதளவு

**செய்முறை :** சுத்தம் செய்த பூண்டை, சட்டியில் சிறிது நெய் ஊற்றி நன்கு வதக்கவும். பானைச் சேர்த்து வெந்த பூண்டை, மசிக்கவும். பிறகு, பனங்

கற்கண்டு பொடித்து சேர்த்து, நெய் விட்டுக் கிளறவும்.

- சங்கரி விஸ்வநாதன், சும்பகோணம்

என்றும் உரிமையுடையது

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### பூண்டு வேகியம்

**தேவை :** பூண்டு பற்கள் - 15, பால் - 1 கப், பனங்கற்கண்டு - 50 கிராம், நெய் - சிறிதளவு

**செய்முறை :** சுத்தம் செய்த பூண்டை, சட்டியில் சிறிது நெய் ஊற்றி நன்கு வதக்கவும். பானைச் சேர்த்து வெந்த பூண்டை, மசிக்கவும். பிறகு, பனங்

கற்கண்டு பொடித்து சேர்த்து, நெய் விட்டுக் கிளறவும்.

- சங்கரி விஸ்வநாதன், சும்பகோணம்

என்றும் உரிமையுடையது

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### அகத்திக் கீரை பால் பொரியல்

**தேவை :** அகத்திக் கீரை - 4 கப் (சுத்தம் செய்தது), பசும்பால், தேங்காய்த் துருவல் - தலா  $\frac{1}{2}$  கப், மிளகாய் வத்தல் - 2, சின்ன வெங்காயம் - 8, எண்ணெய் - 2 மேஜைக் கரண்டி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா  $\frac{1}{2}$  மேஜைக்கரண்டி, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, மிளகாய்த் தாளிப்பில், வெங்காயத்தை நறுக்கி போட்டு, கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். பிறகு, பசும் பாலைச் சேர்த்து, கண்டியதும் தேங்காய்த் துருவல், உப்பு சேர்க்கவும்.

- டி.ராஜேஸ்வரி, சாத்துர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### அகத்திக் கீரை பால் பொரியல்

**தேவை :** அகத்திக் கீரை - 4 கப் (சுத்தம் செய்தது), பசும்பால், தேங்காய்த் துருவல் - தலா  $\frac{1}{2}$  கப், மிளகாய் வத்தல் - 2, சின்ன வெங்காயம் - 8, எண்ணெய் - 2 மேஜைக் கரண்டி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா  $\frac{1}{2}$  மேஜைக்கரண்டி, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, மிளகாய்த் தாளிப்பில், வெங்காயத்தை நறுக்கி போட்டு, கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். பிறகு, பசும் பாலைச் சேர்த்து, கண்டியதும் தேங்காய்த் துருவல், உப்பு சேர்க்கவும்.

- டி.ராஜேஸ்வரி, சாத்துர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### முருங்கைக்காய் கூட்டு

**தேவை :** முருங்கைக்காய் - 4, பெருஞ் சீரகம் - 1½ தேக்கரண்டி, தேங்காய் - ½ மூடி, சினை வெங்காயம் - 6, சீரகம் - 1 உஸ்பூன், எண்ணெய், கடுகு, கறிவேப்பிலை, மிளகாய் வற்றல் 2 - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் தேவையான அளவு தண்ணீரில் உப்பு சேர்த்து வெந்த முருங்கைக் காயில் இது சாமான்களைச் சேர்க்கவும். தேங்காய், சீரகம் அரைத்த விழுதைக் கொட்டிக்

கொதிக்கவிடவும். தாளிப்பைச் சேர்க்கவும்.

- எஸ்.மோகனா செல்வகணேசன், சேழிங்கநல்லூர்

**மாங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்



### முருங்கைக்காய் கூட்டு

**தேவை :** முருங்கைக்காய் - 4, பெருஞ் சீரகம் - 1½ தேக்கரண்டி, தேங்காய் - ½ மூடி, சினை வெங்காயம் - 6, சீரகம் - 1 உஸ்பூன், எண்ணெய், கடுகு, கறிவேப்பிலை, மிளகாய் வற்றல் 2 - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் தேவையான அளவு தண்ணீரில் உப்பு சேர்த்து வெந்த முருங்கைக் காயில் இது சாமான்களைச் சேர்க்கவும். தேங்காய், சீரகம் அரைத்த விழுதைக் கொட்டிக்

கொதிக்கவிடவும். தாளிப்பைச் சேர்க்கவும்.

- எஸ்.மோகனா செல்வகணேசன், சேழிங்கநல்லூர்

**மாங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

### காணக்கட்டு

**தேவை :** கத்தம் செய்து, வெறும் சட்டியில் வறுத்த காணம் - 1 கப், புளித்தண்ணீர் -  $\frac{1}{2}$  கப், பூண்டுபற்கள் - 6, தக்காளி - 2, மிளகாய் வத்தல் - 3, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஒன்றிரண்டாக இடித்த பூண்டுடன், மிளகாய் வத்தல், தக்காளி, கறிவேப்பிலை அரைத்த விழுதைச் சேர்க்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கறிவேப்பிலை போட்டு, புளித் தண்ணீர் ருடன் விழுதைச் சேர்க்கவும். காணம், உப்பு இரண்டையும் போட்டு நுரைத்தவுடன் இறக்கவும்.

- டி.கௌரி, தேனி



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### காணக்கட்டு

**தேவை :** கத்தம் செய்து, வெறும் சட்டியில் வறுத்த காணம் - 1 கப், புளித்தண்ணீர் -  $\frac{1}{2}$  கப், பூண்டுபற்கள் - 6, தக்காளி - 2, மிளகாய் வத்தல் - 3, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஒன்றிரண்டாக இடித்த பூண்டுடன், மிளகாய் வத்தல், தக்காளி, கறிவேப்பிலை அரைத்த விழுதைச் சேர்க்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கறிவேப்பிலை போட்டு, புளித் தண்ணீர் ருடன் விழுதைச் சேர்க்கவும். காணம், உப்பு இரண்டையும் போட்டு நுரைத்தவுடன் இறக்கவும்.

- டி.கௌரி, தேனி



# சட்டி பானை சமையல் 64!



## கறிவேப்பிலை தொக்கு

**தேவை :** ஆய்ந்த கறிவேப்பிலை - 1கப், புளி - எலுமிச்சை அளவு, சிலப்பு மிளகாய் - 4, மிளகு -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், பெருங்காயத்தூள் - சிறிதளவு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

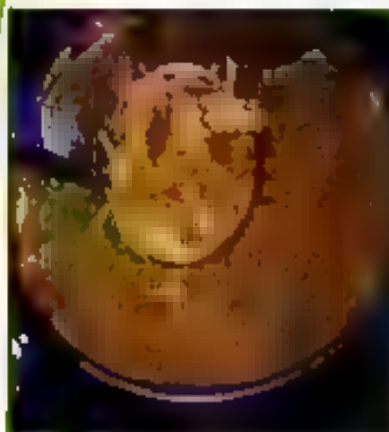
**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் மிளகாய், மிளகு, உளுத்தம் பருப்பு வறுத்து எடுத்துக்கொண்டு, கறிவேப்பிலை, உப்பு, புளி,

பெருங்காயம் சேர்த்து அரைக்கவும். மீதமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து, விழுதைப் போட்டு வதக்கவும்.

- கே.எஸ்.கிருஷ்ணவேணி, குடந்தை

சுருளி உபயோகம்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



## கறிவேப்பிலை தொக்கு

**தேவை :** ஆய்ந்த கறிவேப்பிலை - 1கப், புளி - எலுமிச்சை அளவு, சிலப்பு மிளகாய் - 4, மிளகு -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், பெருங்காயத்தூள் - சிறிதளவு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் மிளகாய், மிளகு, உளுத்தம் பருப்பு வறுத்து எடுத்துக்கொண்டு, கறிவேப்பிலை, உப்பு, புளி,

பெருங்காயம் சேர்த்து அரைக்கவும். மீதமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து, விழுதைப் போட்டு வதக்கவும்.

- கே.எஸ்.கிருஷ்ணவேணி, குடந்தை

சுருளி உபயோகம்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



## உளுத்தஞ் சோறு

**தேவை :** தோல் உளுத்தம் பருப்பு - 1 கப், பச்சரிசி - ½ கப், காய்ந்த மிளகாய் - 3, பூண்டு பற்கள் - 2, எள் - 1 தேக்கரண்டி, தேங்காய்த் துருவல் - 2 டீஸ்பூன், புளி, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சூடாக்கியச் சட்டியில், என்னை வறுத்து ஒன்றிரண்டாகப் பொடிக்கவும். அதே சட்டியில் உளுத்தம் பருப்பை வறுத்து, அரிசி, பூண்டு, தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து, தண்ணீர் விட்டு குழைய வேக விடவும். உப்பு, புளி, மிளகாய் அரைத்த விழுதை உளுத்தஞ் சோறில், எள் எண்ணெய் கலந்து சாப்பிடவும்.

- மணிமேகலை அருள்ஜோதி, கடலூர் துறைமுகம்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

## உளுத்தஞ் சோறு

**தேவை :** தோல் உளுத்தம் பருப்பு - 1 கப், பச்சரிசி - ½ கப், காய்ந்த மிளகாய் - 3, பூண்டு பற்கள் - 2, எள் - 1 தேக்கரண்டி, தேங்காய்த் துருவல் - 2 டீஸ்பூன், புளி, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சூடாக்கியச் சட்டியில், என்னை வறுத்து ஒன்றிரண்டாகப் பொடிக்கவும். அதே சட்டியில் உளுத்தம் பருப்பை வறுத்து, அரிசி, பூண்டு, தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து, தண்ணீர் விட்டு குழைய வேக விடவும். உப்பு, புளி, மிளகாய் அரைத்த விழுதை உளுத்தஞ் சோறில், எள் எண்ணெய் கலந்து சாப்பிடவும்.

- மணிமேகலை அருள்ஜோதி, கடலூர் துறைமுகம்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### பரங்கி அடை

**தேவை :** அரிசி - ½ கப், எண்ணெய் - தேவைக்கு, கடலைப் பருப்பு - 1 கப், உளுத்தம் பருப்பு - 3 டீஸ்பூன், துவரம் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு - தலா 2 டீஸ்பூன், சின்ன வெங்காயம் - 100 கிராம், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், பரங்கித் துண்டு - 1, சிவப்பு மிளகாய் - 2, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஊற வைத்த அரிசி, பருப்புகளைத் தனித்தனியாக உப்பு, மிளகாய்ச் சேர்த்து கரகரப்பாக அரைக்கவும். அதில்

நறுக்கிய வெங்காயம், தேங்காய்த் துருவல், பொடியாக நறுக்கிய பரங்கிக் காயைச் சேர்க்கவும். வாயகல சட்டியில் மாலை ஊற்றி, எண்ணெய் விட்டு அடையாகத் தட்டவும்.

- ஆர்.கே.பொன்னி, அக்கரை வட்டம்

சுற்றுப் பக்கங்கள்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### பரங்கி அடை

**தேவை :** அரிசி - ½ கப், எண்ணெய் - தேவைக்கு, கடலைப் பருப்பு - 1 கப், உளுத்தம் பருப்பு - 3 டீஸ்பூன், துவரம் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு - தலா 2 டீஸ்பூன், சின்ன வெங்காயம் - 100 கிராம், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், பரங்கித் துண்டு - 1, சிவப்பு மிளகாய் - 2, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஊற வைத்த அரிசி, பருப்புகளைத் தனித்தனியாக உப்பு, மிளகாய்ச் சேர்த்து கரகரப்பாக அரைக்கவும். அதில்

நறுக்கிய வெங்காயம், தேங்காய்த் துருவல், பொடியாக நறுக்கிய பரங்கிக் காயைச் சேர்க்கவும். வாயகல சட்டியில் மாலை ஊற்றி, எண்ணெய் விட்டு அடையாகத் தட்டவும்.

- ஆர்.கே.பொன்னி, அக்கரை வட்டம்

சுற்றுப் பக்கங்கள்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### பருத்திப் பால்

**தேவை :** பருத்திக் கொட்டை, பசும்பால், சர்க்கரை - தலா 1 கப், ஏலம் - சிறிதளவு

**செய்முறை :** முதல் நாள் இரவே ஊற வைத்த பருத்திக் கொட்டையை அரைத்து, வடிகட்டி, இரண்டு முறை பால் எடுக்கவும். சட்டியில் பருத்திப் பாலை ஊற்றி, காய்ச்சிய பாலையும் சேர்த்துக் கொதித்ததும் சர்க்கரை, ஏலம் சேர்த்து இறக்கவும்.

- ஜோகா, சும்பகோணம்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### பருத்திப் பால்

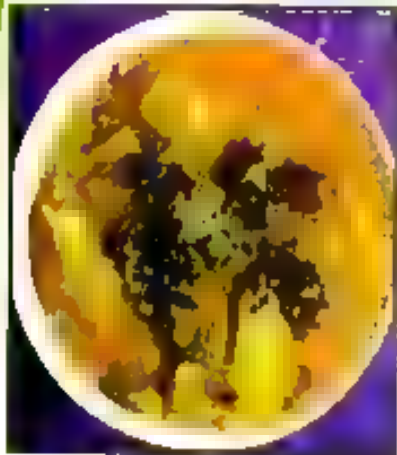
**தேவை :** பருத்திக் கொட்டை, பசும்பால், சர்க்கரை - தலா 1 கப், ஏலம் - சிறிதளவு

**செய்முறை :** முதல் நாள் இரவே ஊற வைத்த பருத்திக் கொட்டையை அரைத்து, வடிகட்டி, இரண்டு முறை பால் எடுக்கவும். சட்டியில் பருத்திப் பாலை ஊற்றி, காய்ச்சிய பாலையும் சேர்த்துக் கொதித்ததும் சர்க்கரை, ஏலம் சேர்த்து இறக்கவும்.

- ஜோகா, சும்பகோணம்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



## வேப்பம்பூ குழம்பு

**தேவை :** துவரம் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு - தலா 100 கிராம் (வேக வைக்கவும்). வெங்காயம், தக்காளி - தலா 2, சிலப்பு மிளகாய் - 10, புளி - சிறு எலுமிச்சை அளவு, கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, வெந்தயம், பூண்டு, இஞ்சி, பெருங்காயம், கடுகு, மஞ்சள் தூள், தேங்காய்ப்பல் - தலா சிறிதளவு. வேப்பம் பூ -  $\frac{1}{2}$  ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** குழம்புச் சட்டியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, மஞ்சள் தாளித்து, வேப்பம் பூவை வறுக்கவும். புளிக்கரைசலில் உப்பு சேர்த்து

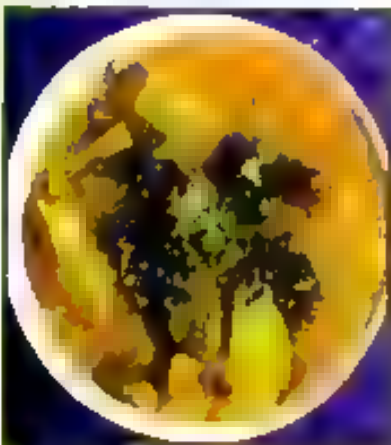
சட்டியில் ஊற்றி, வேக வைத்த பருப்புகளைச் சேர்க்கவும். இதர அமிட்டங்களை வறுத்து, ஒன்றாகச் சேர்த்து மைய அரைத்து குழம்பில் கெட்டவும்.

- கோஜேஸ்வரி, பம்மல்

மங்கையர் மலர்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்



## வேப்பம்பூ குழம்பு

**தேவை :** துவரம் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு - தலா 100 கிராம் (வேக வைக்கவும்). வெங்காயம், தக்காளி - தலா 2, சிலப்பு மிளகாய் - 10, புளி - சிறு எலுமிச்சை அளவு, கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, வெந்தயம், பூண்டு, இஞ்சி, பெருங்காயம், கடுகு, மஞ்சள் தூள், தேங்காய்ப்பல் - தலா சிறிதளவு. வேப்பம் பூ -  $\frac{1}{2}$  ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** குழம்புச் சட்டியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, மஞ்சள் தாளித்து, வேப்பம் பூவை வறுக்கவும். புளிக்கரைசலில் உப்பு சேர்த்து

சட்டியில் ஊற்றி, வேக வைத்த பருப்புகளைச் சேர்க்கவும். இதர அமிட்டங்களை வறுத்து, ஒன்றாகச் சேர்த்து மைய அரைத்து குழம்பில் கெட்டவும்.

- கோஜேஸ்வரி, பம்மல்

மங்கையர் மலர்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்



### தேங்காய்ப்பால் அரிசி கஞ்சி

**தேவை :** பச்சரிசி - 1 கப், கெட்டித் தேங்காய்ப் பால் -  $\frac{1}{2}$  கப், பூண்டு பற்கள் - 5, வெந்தயம் - 1 மஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் அரிசி, பூண்டு, வெந்தயத்தைப் போட்டு, அளவான தண்ணீரில் வேக வைக்கவும். மசித்த கஞ்சியில், தேங்காய்ப்பால், உப்பு, தேவைப்பட்டால் தண்ணீர் சேர்த்துக் கொதிக்க விட்டு இறக்கவும்.

- உகப்புலக்டி,  
திருப்பத்தூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### தேங்காய்ப்பால் அரிசி கஞ்சி

**தேவை :** பச்சரிசி - 1 கப், கெட்டித் தேங்காய்ப் பால் -  $\frac{1}{2}$  கப், பூண்டு பற்கள் - 5, வெந்தயம் - 1 மஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் அரிசி, பூண்டு, வெந்தயத்தைப் போட்டு, அளவான தண்ணீரில் வேக வைக்கவும். மசித்த கஞ்சியில், தேங்காய்ப்பால், உப்பு, தேவைப்பட்டால் தண்ணீர் சேர்த்துக் கொதிக்க விட்டு இறக்கவும்.

- உகப்புலக்டி,  
திருப்பத்தூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### மிளகுச் சட்னி

**தேவை :** மிளகு - 1 டீஸ்பூன்,  
தேங்காய்த்துருவல் - அரை கப், புளி, உப்பு  
- தேவைக்கு, கடுகு - தாளிக்க, எண்ணெய்  
- 1 குழிகரண்டி

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில், மிளகை வெடிக்க விட்டு, தேங்காய்த் துருவல், புளி, உப்புடன் சேர்த்து

மைப அரைக்கவும். மீதுமுள்ள எண்ணெயில்

கடுகு தாளித்து அரைத்த விழுதைப் பிரட்டி எடுக்கவும்.

- பி.ஜானகி, திருவெல்வேலி டவுன்

சங்கை உணவுகள்

## **மங்கையர் மலர்**

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### மிளகுச் சட்னி

**தேவை :** மிளகு - 1 டீஸ்பூன்,  
தேங்காய்த்துருவல் - அரை கப், புளி, உப்பு  
- தேவைக்கு, கடுகு - தாளிக்க, எண்ணெய்  
- 1 குழிகரண்டி

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில், மிளகை வெடிக்க விட்டு, தேங்காய்த் துருவல், புளி, உப்புடன் சேர்த்து

மைப அரைக்கவும். மீதுமுள்ள எண்ணெயில்

கடுகு தாளித்து அரைத்த விழுதைப் பிரட்டி எடுக்கவும்.

- பி.ஜானகி, திருவெல்வேலி டவுன்

சங்கை உணவுகள்

## **மங்கையர் மலர்**

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### கழனி புனிச்சாறு

**தேவை :** புது அரிசி களைந்த - 3 தம்ளர், புளி - எலுமிச்சை அளவு, பெரிய வெங்காயம் - 1, சிறிய வெங்காயம் - 100 கிராம், சிவப்பு மிளகாய் - 2, தல்லாச்சென்னை - 50 மில்லி கிராம், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்த்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, மிளகாய்த் தாளித்து, பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயத்தை வதக்கவும். அரிசி களைந்த தீரில், ஊறிய புளியைக் களைத்து ஊற்றி உப்பு போட்டுக் கொதிக்க வைத்து இறக்கவும்.

- எஸ்.சுந்தரமலைச்சாமி, வெட்டையூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### கழனி புனிச்சாறு

**தேவை :** புது அரிசி களைந்த தீர் - 3 தம்ளர், புளி - எலுமிச்சை அளவு, பெரிய வெங்காயம் - 1, சிறிய வெங்காயம் - 100 கிராம், சிவப்பு மிளகாய் - 2, தல்லாச்சென்னை - 50 மில்லி கிராம், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்த்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, மிளகாய்த் தாளித்து, பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயத்தை வதக்கவும். அரிசி களைந்த தீரில், ஊறிய புளியைக் களைத்து ஊற்றி உப்பு போட்டுக் கொதிக்க வைத்து இறக்கவும்.

- எஸ்.சுந்தரமலைச்சாமி, வெட்டையூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



சேந்தவுடன் இறக்கவும்.

**அவியல், சாம்பார்**

**சண்டக் கறி**

**தேவை :** அவியல் - 2 கப், சாம்பார் - 4 கப், நல்லெண்ணெய் - 1 மேனஜக் கரண்டி

**செய்முறை :** சட்டியில் எண்ணெய் காய்ந்தவுடன், சாம்பார், அவியல் இரண்டையும் சேர்க்கவும். 'தளதள' என்று கொதித்து இரண்டும் நன்றாக

- டி.எஸ்.சிதா சங்கர், தளவாய்புரம்

என்றும் உங்களுடன்  
**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



சேந்தவுடன் இறக்கவும்.

**அவியல், சாம்பார்**

**சண்டக் கறி**

**தேவை :** அவியல் - 2 கப், சாம்பார் - 4 கப், நல்லெண்ணெய் - 1 மேனஜக் கரண்டி

**செய்முறை :** சட்டியில் எண்ணெய் காய்ந்தவுடன், சாம்பார், அவியல் இரண்டையும் சேர்க்கவும். 'தளதள' என்று கொதித்து இரண்டும் நன்றாக

- டி.எஸ்.சிதா சங்கர், தளவாய்புரம்

என்றும் உங்களுடன்  
**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### ஓமச் சாதம்

**தேவை :** சாதம் - 2 கிண்ணம், நுணுக்கிய ஓமம் - 1 டீஸ்பூன், வேப்பம்பூ - 3 டீஸ்பூன், உரித்த பூண்டு பற்கள் - 7, மிளகுத்தூள், பெருங்காயத்தூள் - தலா  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், சுக்குத்தூள் -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், நெய் - 1 டீஸ்பூன், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், மிளகாய் வற்றல் - 1, கறிவேப்பிலை - சிறிது, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு தாளித்து, பூண்டை நசுக்கி, ஓமம் சேர்த்து, வதக்கி, பிறகு வேப்பம் பூவைச் சேர்க்கவும். கறிவேப்பிலை சேர்த்து சுக்கு, மிளகுத்தூள், பெருங்காயத்தூள் போட்டுக் கிளறி சாதத்துடன் கலக்கவும்.

- பிரேமா ராவ், பூரங்கம்



# சட்டி யானை சமையல் 64!

### ஓமச் சாதம்

**தேவை :** சாதம் - 2 கிண்ணம், நுணுக்கிய ஓமம் - 1 டீஸ்பூன், வேப்பம்பூ - 3 டீஸ்பூன், உரித்த பூண்டு பற்கள் - 7, மிளகுத்தூள், பெருங்காயத்தூள் - தலா  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், சுக்குத்தூள் -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், நெய் - 1 டீஸ்பூன், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், மிளகாய் வற்றல் - 1, கறிவேப்பிலை - சிறிது, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு தாளித்து, பூண்டை நசுக்கி, ஓமம் சேர்த்து, வதக்கி, பிறகு வேப்பம் பூவைச் சேர்க்கவும். கறிவேப்பிலை சேர்த்து சுக்கு, மிளகுத்தூள், பெருங்காயத்தூள் போட்டுக் கிளறி சாதத்துடன் கலக்கவும்.

- பிரேமா ராவ், பூரங்கம்



# சட்டி யானை சமையல் 64!



கெட்டியாகும் வரைக் கிளறவும்.

### கம்புச்சோறு

**தேவை :** கம்பு - 2 கப், பச்சரிசி -  $\frac{1}{2}$  கப், தண்ணீர் - 4 கப், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** கம்பு, பச்சரிசி இரண்டையும் ஊற வைத்து, கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். சட்டியில் உள்ள தண்ணீர் நன்கு கொதிக்க ஆரம்பித்தவுடன் அரைத்த விழுதைக் கொட்டி, கட்டியில்லாமல்

- என்.உஷாதேவி, மதுரை

என்றும் உங்களுடன்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



கெட்டியாகும் வரைக் கிளறவும்.

### கம்புச்சோறு

**தேவை :** கம்பு - 2 கப், பச்சரிசி -  $\frac{1}{2}$  கப், தண்ணீர் - 4 கப், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** கம்பு, பச்சரிசி இரண்டையும் ஊற வைத்து, கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். சட்டியில் உள்ள தண்ணீர் நன்கு கொதிக்க ஆரம்பித்தவுடன் அரைத்த விழுதைக் கொட்டி, கட்டியில்லாமல்

- என்.உஷாதேவி, மதுரை

என்றும் உங்களுடன்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### பருப்பு மசியல் குழம்பு

**தேவை :** துவரம் பருப்பு - 100 கிராம், பச்சை மிளகாய் - 12, கத்திரிக்காய், தக்காளி தலா - 2, பூண்டு - 1 (முழுவுதும்), புளி - சிறு எலுமிச்சை அளவு, தேங்காய் - 2 துண்டுகள், சீரகம் - 1 உள்பூள், மஞ்சள் தூள், உப்பு - தேவைக்கு, மல்லி, கறிவேல் பிளஸ் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில், துவரம் பருப்பு, கத்திரிக்காய், தக்காளி, வெங்காயம், மிளகாய், உரித்த பூண்டு, மஞ்சள் தூள் போட்டு, தண்ணீரில் வேக விடவும். கரைத்த புளியை ஊற்றி, தேங்காய் + சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கொதிக்க விட்டு, உப்பு போட்டு, மல்லி, கறிவேல்பிளஸ் சேர்க்கவும்.

- கமலா ராஜசேகரன், பொன்னாச்சி



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### பருப்பு மசியல் குழம்பு

**தேவை :** துவரம் பருப்பு - 100 கிராம், பச்சை மிளகாய் - 12, கத்திரிக்காய், தக்காளி தலா - 2, பூண்டு - 1 (முழுவுதும்), புளி - சிறு எலுமிச்சை அளவு, தேங்காய் - 2 துண்டுகள், சீரகம் - 1 உள்பூள், மஞ்சள் தூள், உப்பு - தேவைக்கு, மல்லி, கறிவேல் பிளஸ் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில், துவரம் பருப்பு, கத்திரிக்காய், தக்காளி, வெங்காயம், மிளகாய், உரித்த பூண்டு, மஞ்சள் தூள் போட்டு, தண்ணீரில் வேக விடவும். கரைத்த புளியை ஊற்றி, தேங்காய் + சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கொதிக்க விட்டு, உப்பு போட்டு, மல்லி, கறிவேல்பிளஸ் சேர்க்கவும்.

- கமலா ராஜசேகரன், பொன்னாச்சி



# சட்டி பானை சமையல் 64!





### கத்திரிக்காய் தயிர் பச்சடி

**தேவை :** நீல கத்திரிக்காய் பெரியது - 1,  
தயிர் - 1 கப், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு,  
எண்ணெய் - தலா 1 டீஸ்பூன், மிளகாய்  
வற்றல் - 3, பெருங்காயத்தூள் - ¼ டீஸ்பூன்,  
உப்பு - தேவைக்கு

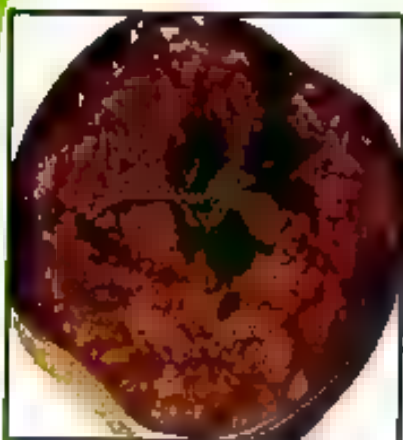
**செய்முறை :** எண்ணெய் தடவிய கத்திரிக்  
காயை அடுப்பில் சுட்டெடுத்து, தோலுரித்து  
மசிக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில்,

கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம், மிளகாய்ச் சேர்த்து தாளித்து, மசித்த  
காயைப் பிரட்டி, உப்பு, தயிர் சேர்க்கவும்.

- ஆர்.லக்ஷ்மி, சேலம்

என்றும் உய்களுடன்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### கத்திரிக்காய் தயிர் பச்சடி

**தேவை :** நீல கத்திரிக்காய் பெரியது - 1,  
தயிர் - 1 கப், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு,  
எண்ணெய் - தலா 1 டீஸ்பூன், மிளகாய்  
வற்றல் - 3, பெருங்காயத்தூள் - ¼ டீஸ்பூன்,  
உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** எண்ணெய் தடவிய கத்திரிக்  
காயை அடுப்பில் சுட்டெடுத்து, தோலுரித்து  
மசிக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில்,

கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம், மிளகாய்ச் சேர்த்து தாளித்து, மசித்த  
காயைப் பிரட்டி, உப்பு, தயிர் சேர்க்கவும்.

- ஆர்.லக்ஷ்மி, சேலம்

என்றும் உய்களுடன்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### புல்லு சோறு

**தேவை :** கம்பம் புல்லு -  
கொத்தமல்லி கட்டு அளவு, தண்ணீர்,  
உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** புல்லை, உயி நீக்கி  
கத்தம் செய்து, மாவாக்கவும். சுட்டியில்  
தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்து புல்லு  
மானைச் சேர்த்துக் கிளறி, உப்பு போட்டு,  
களி பதத்தில் இறக்கவும். இதை அப்  
படியே சாப்பிடலாம் அல்லது மோர்  
சேர்த்தும் அருந்தலாம்.

- தெல்லை வள்ளி ராமகிருஷ்ணன்,  
சூர்வாணம்



**சட்டி பானை சமையல் 64!**

### புல்லு சோறு

**தேவை :** கம்பம் புல்லு -  
கொத்தமல்லி கட்டு அளவு, தண்ணீர்,  
உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** புல்லை, உயி நீக்கி  
கத்தம் செய்து, மாவாக்கவும். சுட்டியில்  
தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்து புல்லு  
மானைச் சேர்த்துக் கிளறி, உப்பு போட்டு,  
களி பதத்தில் இறக்கவும். இதை அப்  
படியே சாப்பிடலாம் அல்லது மோர்  
சேர்த்தும் அருந்தலாம்.

- தெல்லை வள்ளி ராமகிருஷ்ணன்,  
சூர்வாணம்



**சட்டி பானை சமையல் 64!**



### கருப்பட்டி பனியாரம்

**தேவை :** பச்சரிசி, கருப்பட்டி - தலா 1 கப்,  
நெய் - 2 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் -  
தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஊறிய பச்சரிசியை  
மாவாக்கவும். கத்தம் செய்த கருப்பட்டியைப்  
பாருப் பதத்தில் வைத்து, மாவைச் சேர்த்து,  
உப்பையும் கலக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த

எண்ணெயுடன் நெய் சேர்த்து, சிறு குழிவு கரண்டியால் மாவுகரைசலை ஊற்றி  
எடுக்கவும்.

- எம்.பாஸுமதி, வாகனேரி

எங்கும் உங்களுடன்

**மாங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### கருப்பட்டி பனியாரம்

**தேவை :** பச்சரிசி, கருப்பட்டி - தலா 1 கப்,  
நெய் - 2 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் -  
தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஊறிய பச்சரிசியை  
மாவாக்கவும். கத்தம் செய்த கருப்பட்டியைப்  
பாருப் பதத்தில் வைத்து, மாவைச் சேர்த்து,  
உப்பையும் கலக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த

எண்ணெயுடன் நெய் சேர்த்து, சிறு குழிவு கரண்டியால் மாவுகரைசலை ஊற்றி  
எடுக்கவும்.

- எம்.பாஸுமதி, வாகனேரி

எங்கும் உங்களுடன்

**மாங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### சோள உப்புமா

**தேவை :** மஞ்சள் சோளம் - 1 கப் (வறுத்து ரவையாக உடைக்கவும்), சின்ன வெங்காயம் - 1 கப் (துறுக்கியது), பச்சை மிளகாய் - 3, துருவிய இஞ்சி - 2 மஸ்பூன், தேங்காய்த் துருவல் -  $\frac{1}{2}$  கப், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, தாளித்து, வெங்காயம், பச்சை மிளகாய்ச் சேர்த்து வதக்கி, வறுத்த சோள ரவையைக் கொட்டவும். இரண்டரைத் தம்ளர் தண்ணீர் விட்டு, உப்பு போட்டு, இஞ்சி, தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து உப்புமாவாகக் கிளறவும்.

- என்.ராஜேஸ்வரி, மதுரை



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### சோள உப்புமா

**தேவை :** மஞ்சள் சோளம் - 1 கப் (வறுத்து ரவையாக உடைக்கவும்), சின்ன வெங்காயம் - 1 கப் (துறுக்கியது), பச்சை மிளகாய் - 3, துருவிய இஞ்சி - 2 மஸ்பூன், தேங்காய்த் துருவல் -  $\frac{1}{2}$  கப், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, தாளித்து, வெங்காயம், பச்சை மிளகாய்ச் சேர்த்து வதக்கி, வறுத்த சோள ரவையைக் கொட்டவும். இரண்டரைத் தம்ளர் தண்ணீர் விட்டு, உப்பு போட்டு, இஞ்சி, தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து உப்புமாவாகக் கிளறவும்.

- என்.ராஜேஸ்வரி, மதுரை



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### கேழ்வரகு புட்டு

**தேவை :** கேழ்வரகு மாவு - 4 கப், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், தண்ணீர் - 1 கப், சர்க்கரை -  $\frac{1}{2}$  கப், நெய் - 4 டீஸ்பூன், முத்திரி - 15, ஏலம் - 5, உப்பு- சிட்டிகை

**செய்முறை :** மாவைச் சலித்து, தண்ணீரும் உப்பும் சேர்த்துப் பிசைந்து இட்லி போல் ஆவியில் வேகவிடவும். சட்டியில் குடான நெய்யில், முத்திரி, தேங்காய்த்

துருவலை வறுத்து ஏலம் சேர்க்கவும். வெந்த மாவில் கலத்து பரிமாறவும்.

- எம்.அம்பஜனும் முரளி, சேலம்

## **மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### கேழ்வரகு புட்டு

**தேவை :** கேழ்வரகு மாவு - 4 கப், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், தண்ணீர் - 1 கப், சர்க்கரை -  $\frac{1}{2}$  கப், நெய் - 4 டீஸ்பூன், முத்திரி - 15, ஏலம் - 5, உப்பு- சிட்டிகை

**செய்முறை :** மாவைச் சலித்து, தண்ணீரும் உப்பும் சேர்த்துப் பிசைந்து இட்லி போல் ஆவியில் வேகவிடவும். சட்டியில் குடான நெய்யில், முத்திரி, தேங்காய்த்

துருவலை வறுத்து ஏலம் சேர்க்கவும். வெந்த மாவில் கலத்து பரிமாறவும்.

- எம்.அம்பஜனும் முரளி, சேலம்

## **மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



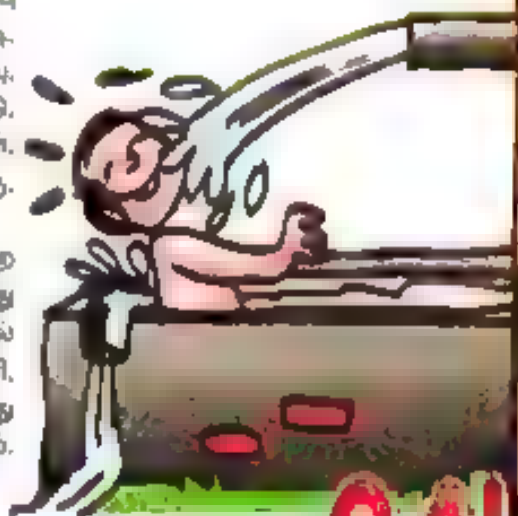
### வண்டிக்காரன் குழம்பு

**தேவை :** கடலைப் பருப்பு, துவரம் பருப்பு

- தலா 1 தேக்கரண்டி, சீரகம் -  $\frac{1}{2}$  தேக்கரண்டி, தயிர் - 200 மில்லி, புளி - எலுமிச்சை அளவு, பச்சை மிளகாய் - 4, இஞ்சி - 1 துண்டு, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, மஞ்சள் தூள், பெருங்காயத்தூள், உப்பு - தேவைக்கு, தேங்காய் எண்ணெய் - தாளிக்க

**செய்முறை :** பருப்பை சிறிது தேரம் ஊற வைத்து, இஞ்சி, மிளகாய்ச் சேர்த்து அரைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் சீரகம், கறிவேப்பிலை தாளித்து, கரைத்த புளி, மஞ்சள் தூள், பெருங்காயம், உப்பு சேர்த்து அரைத்த விழுதைக் கலந்து கொதிக்க விடவும். தயிரைச் சேர்த்து இறக்கவும்.

- எம்.பி.என், ஸ்ரீரங்கம்



# சட்டி பாலை சகமயல் 64!

### வண்டிக்காரன் குழம்பு

**தேவை :** கடலைப் பருப்பு, துவரம் பருப்பு

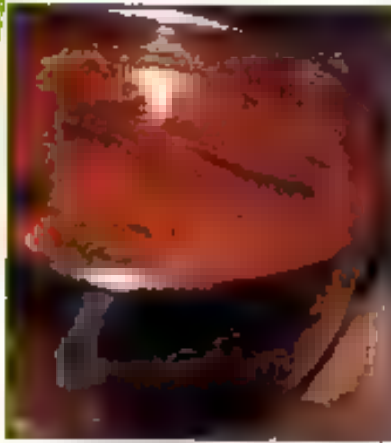
- தலா 1 தேக்கரண்டி, சீரகம் -  $\frac{1}{2}$  தேக்கரண்டி, தயிர் - 200 மில்லி, புளி - எலுமிச்சை அளவு, பச்சை மிளகாய் - 4, இஞ்சி - 1 துண்டு, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, மஞ்சள் தூள், பெருங்காயத்தூள், உப்பு - தேவைக்கு, தேங்காய் எண்ணெய் - தாளிக்க

**செய்முறை :** பருப்பை சிறிது தேரம் ஊற வைத்து, இஞ்சி, மிளகாய்ச் சேர்த்து அரைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் சீரகம், கறிவேப்பிலை தாளித்து, கரைத்த புளி, மஞ்சள் தூள், பெருங்காயம், உப்பு சேர்த்து அரைத்த விழுதைக் கலந்து கொதிக்க விடவும். தயிரைச் சேர்த்து இறக்கவும்.

- எம்.பி.என், ஸ்ரீரங்கம்



# சட்டி பாலை சகமயல் 64!



### வெந்தயக் குழம்பு

**தேவை :** நறுக்கிய சின்ன வெங்காயம் - 1 கப், எண்ணெய் - 3 குழிகரண்டி, சாம்பார் பொடி - 2 டீஸ்பூன், வெந்தயம் - 4 டீஸ்பூன், புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு, உப்பு, வெல்லம் - தலா 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** சட்டியில் எண்ணெயை ஊற்றி, கடுகு, வெந்தயம், பருப்புகளைத் தாளித்து, வெங்காயத்தை வதக்கவும்.

புளியைக் கரைத்து ஊற்றி, உப்பு போட்டு, சாம்பார்ப் பொடி சேர்த்து நன்கு கெட்டியாகும் வரை கொதிக்க விட்டு, வெல்லம் சேர்த்து இறக்கவும்.

- எஸ்.சத்தியவதி, சாரம்

என்றும் உங்களுடன்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### வெந்தயக் குழம்பு

**தேவை :** நறுக்கிய சின்ன வெங்காயம் - 1 கப், எண்ணெய் - 3 குழிகரண்டி, சாம்பார் பொடி - 2 டீஸ்பூன், வெந்தயம் - 4 டீஸ்பூன், புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு, உப்பு, வெல்லம் - தலா 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** சட்டியில் எண்ணெயை ஊற்றி, கடுகு, வெந்தயம், பருப்புகளைத் தாளித்து, வெங்காயத்தை வதக்கவும்.

புளியைக் கரைத்து ஊற்றி, உப்பு போட்டு, சாம்பார்ப் பொடி சேர்த்து நன்கு கெட்டியாகும் வரை கொதிக்க விட்டு, வெல்லம் சேர்த்து இறக்கவும்.

- எஸ்.சத்தியவதி, சாரம்

என்றும் உங்களுடன்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### அக்கானி கொழுக்கட்டை

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி - ½ கிலோ,  
தட்டைப் பயிறு - 150 கிராம், பதநீர் - 2  
லிட்டர், தேங்காய்த் துருவல் - 1கப், உப்பு  
- தேவைக்கு

**செய்முறை :** அரிசியை நான்கு மணி  
நேரம் ஊற வைத்து அரைக்கவும். வேக  
வைத்த தட்டைப் பயிறு, தேங்காய்த்  
துருவல், உப்பு ஆகியவற்றுடன் சேர்க்கவும்.  
சட்டியில் பதநீரை ஊற்றி கொதிக்க  
வைத்து, உருண்டைகளாகப் பிடித்த  
மாவை அதில் பத்து நிமிடங்கள் கொதிக்க  
விட்டு எடுக்கவும்.

- எஸ்.உஷா, மதுரை



**சட்டி பானை சமையல் 64!**

### அக்கானி கொழுக்கட்டை

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி - ½ கிலோ,  
தட்டைப் பயிறு - 150 கிராம், பதநீர் - 2  
லிட்டர், தேங்காய்த் துருவல் - 1கப், உப்பு  
- தேவைக்கு

**செய்முறை :** அரிசியை நான்கு மணி  
நேரம் ஊற வைத்து அரைக்கவும். வேக  
வைத்த தட்டைப் பயிறு, தேங்காய்த்  
துருவல், உப்பு ஆகியவற்றுடன் சேர்க்கவும்.  
சட்டியில் பதநீரை ஊற்றி கொதிக்க  
வைத்து, உருண்டைகளாகப் பிடித்த  
மாவை அதில் பத்து நிமிடங்கள் கொதிக்க  
விட்டு எடுக்கவும்.

- எஸ்.உஷா, மதுரை



**சட்டி பானை சமையல் 64!**



### நீர் கொழுக்கட்டை

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி - 1 கப், உளுந்து - 1 கப், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஊறிய அரிசியைக் கர கரப்பாகவும், உளுந்தைப் பூப்போலவும் அரைத்து, தேங்காய்த் துருவல், உப்பு சேர்க்கவும். சட்டியில் அரைப் பாகம்

கொதிக்கும் தண்ணீரில் உருண்டைகளாகப் பிடித்த மாவைப் போட்டு, மேலாக மிதந்து வந்தவுடன் எடுத்து வைக்கவும்.

- எஸ்.மங்கையர்க்கரசி, நெய்வேலி

**மங்கையர் மலர்** தாத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### நீர் கொழுக்கட்டை

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி - 1 கப், உளுந்து - 1 கப், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஊறிய அரிசியைக் கர கரப்பாகவும், உளுந்தைப் பூப்போலவும் அரைத்து, தேங்காய்த் துருவல், உப்பு சேர்க்கவும். சட்டியில் அரைப் பாகம்

கொதிக்கும் தண்ணீரில் உருண்டைகளாகப் பிடித்த மாவைப் போட்டு, மேலாக மிதந்து வந்தவுடன் எடுத்து வைக்கவும்.

- எஸ்.மங்கையர்க்கரசி, நெய்வேலி

**மங்கையர் மலர்** தாத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### கலத்த வற்றல் தொக்கு

**தேவை :** கொத்தவரை, அவரை, பாகல், கத்திரி, மணத்தக்காளி, எண்ணெய் வத்தல் - தலா ஐந்து, புளி - எலுமிச்சை அளவு, தனியா, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு - தலா 2 டேபிள் ஸ்பூன், சிவப்பு மிளகாய் - 20, மஞ்சள் தூள் -  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 100 கிராம், கடுகு - 1 டீஸ்பூன், பெருங்காயம் -  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** பருப்பு, தனியா, மிளகையைச் சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் வறுத்துப் பொடிக்கவும். மீதுமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து பெருங்காயம், வற்றல்களைப் போட்டு வறுத்து, கரைத்த புளியை ஊற்றவும். உப்பு, மஞ்சள் சேர்த்து, கொதிக்கும்பொழுது பொடிசையுமே போட்டு, நன்கு குழைத்ததும் இறக்கவும்.

- இரா.வேதவல்லி, மே மாம்பலம்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### கலத்த வற்றல் தொக்கு

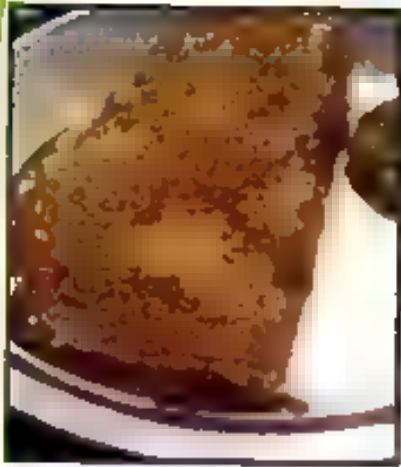
**தேவை :** கொத்தவரை, அவரை, பாகல், கத்திரி, மணத்தக்காளி, எண்ணெய் வத்தல் - தலா ஐந்து, புளி - எலுமிச்சை அளவு, தனியா, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு - தலா 2 டேபிள் ஸ்பூன், சிவப்பு மிளகாய் - 20, மஞ்சள் தூள் -  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 100 கிராம், கடுகு - 1 டீஸ்பூன், பெருங்காயம் -  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** பருப்பு, தனியா, மிளகையைச் சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் வறுத்துப் பொடிக்கவும். மீதுமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து பெருங்காயம், வற்றல்களைப் போட்டு வறுத்து, கரைத்த புளியை ஊற்றவும். உப்பு, மஞ்சள் சேர்த்து, கொதிக்கும்பொழுது பொடிசையுமே போட்டு, நன்கு குழைத்ததும் இறக்கவும்.

- இரா.வேதவல்லி, மே மாம்பலம்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### வெந்தய அடை

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி, பச்சரிசி, துவரம் பருப்பு - தலா 1 கப், உளுத்தம் பருப்பு -  $\frac{1}{4}$  கப், வெந்தயம் - 1 கைப்பிடி, உப்பு, இட்லி, மிளகாய்ப் பொடி - தேவைக்கு, எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** அரிசி + துவரம் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு + வெந்தயம் இவற்றை ஊற வைத்து தனித் தனியாக அரைக்கவும். உப்பு போட்டு சேர்த்துக் கலக்கவும். மறுநாள்,

சட்டியில் அடைபோல தட்டி, இரு பக்கமும் வேகவிட்டு, ஒரு புறம் இட்லிப் பொடியைத் தூவி எடுக்கவும்.

- லக்ஷ்மி சந்தானம், ஸ்ரீரங்கம்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### வெந்தய அடை

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி, பச்சரிசி, துவரம் பருப்பு - தலா 1 கப், உளுத்தம் பருப்பு -  $\frac{1}{4}$  கப், வெந்தயம் - 1 கைப்பிடி, உப்பு, இட்லி, மிளகாய்ப் பொடி - தேவைக்கு, எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** அரிசி + துவரம் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு + வெந்தயம் இவற்றை ஊற வைத்து தனித் தனியாக அரைக்கவும். உப்பு போட்டு சேர்த்துக் கலக்கவும். மறுநாள்,

சட்டியில் அடைபோல தட்டி, இரு பக்கமும் வேகவிட்டு, ஒரு புறம் இட்லிப் பொடியைத் தூவி எடுக்கவும்.

- லக்ஷ்மி சந்தானம், ஸ்ரீரங்கம்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### பொரி அரிசி உருண்டை

**தேவை :** பச்சரிசி -  $\frac{1}{4}$  பிடி, வெல்லத்  
தூள் - 1 கப், எள் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,  
வலத்தூள் - 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** வெறும் சட்டியில்  
கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அரிசியையும்,  
எள்ளையும் 'படபட' என்று பொரிய  
விட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும். அதே  
சட்டியில் வெல்லத்தைக் கெட்டிப்பாரு  
வைத்து, வறுத்த அரிசி, எள் சேர்த்து  
உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும்.

- எம்.கவந்தி, மதுரை



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### பொரி அரிசி உருண்டை

**தேவை :** பச்சரிசி -  $\frac{1}{4}$  பிடி, வெல்லத்  
தூள் - 1 கப், எள் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,  
வலத்தூள் - 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** வெறும் சட்டியில்  
கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அரிசியையும்,  
எள்ளையும் 'படபட' என்று பொரிய  
விட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும். அதே  
சட்டியில் வெல்லத்தைக் கெட்டிப்பாரு  
வைத்து, வறுத்த அரிசி, எள் சேர்த்து  
உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும்.

- எம்.கவந்தி, மதுரை



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### கேப்பைக் கஞ்சி

**தேவை :** கேழ்வரகு மாவு, தயிர், அரிசி  
நொய் - தலா 1 ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் தண்ணீர் ஊற்றி அரிசி நொய்யைக் கொதிக்கவிடவும். வெந்த நொய்யில் சலித்த கேழ்வரகு மாலைச் சேர்த்துக் கலக்கவும். கஞ்சியை ஆறவிட்டு உப்பும், தயிரும் சேர்த்து மூடி வைக்கவும். சின்ன

வெங்காயம் சுடித்துக் கொண்டு கஞ்சியாகக் குடிக்கலாம்.

- ஹேமமாலினி ரவிச்சந்திரன், மணப்பாளை

செரும் உப்புகரை

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### கேப்பைக் கஞ்சி

**தேவை :** கேழ்வரகு மாவு, தயிர், அரிசி  
நொய் - தலா 1 ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் தண்ணீர் ஊற்றி அரிசி நொய்யைக் கொதிக்கவிடவும். வெந்த நொய்யில் சலித்த கேழ்வரகு மாலைச் சேர்த்துக் கலக்கவும். கஞ்சியை ஆறவிட்டு உப்பும், தயிரும் சேர்த்து மூடி வைக்கவும். சின்ன

வெங்காயம் சுடித்துக் கொண்டு கஞ்சியாகக் குடிக்கலாம்.

- ஹேமமாலினி ரவிச்சந்திரன், மணப்பாளை

செரும் உப்புகரை

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### முத்திரிக் கொத்து

**தேவை :** பாசிப் பயறு, வெல்லம் - தலா  $\frac{1}{2}$  கிலோ, உடைத்த கடலை - 100 கிராம், அரிசி மாவு - 1 கப், ஏலத்தூள், கக்குத் தூள் - தலா 1 டீஸ்பூன், மஞ்சள் தூள் -  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** வெறும் சட்டியில் வறுத்த பயறுடன், கடலையைப் போட்டு நனகு பொடித்துச் சலிக்கவும். சட்டியில் வெல்லத்தைக் கம்பி பாகுப் பதத்தில் காய்ச்சி, ஏலம், கக்கு சேர்த்து பயத்தம் மாவைக் கொட்டிச் சிறு உருண்டைகளாக்கவும்.

உப்பு, மஞ்சள் தூள் கலத்து, பந்து மாவு பதத்தில் இருக்கும் அரிசி மாவில் உருண்டைகளைத் தோய்த்துப் பொரித்தெடுக்கவும்.

- சியாமளா ராஜசேகர், சென்னை



# சட்டி பாகை சமையல் 64!

### முத்திரிக் கொத்து

**தேவை :** பாசிப் பயறு, வெல்லம் - தலா  $\frac{1}{2}$  கிலோ, உடைத்த கடலை - 100 கிராம், அரிசி மாவு - 1 கப், ஏலத்தூள், கக்குத் தூள் - தலா 1 டீஸ்பூன், மஞ்சள் தூள் -  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** வெறும் சட்டியில் வறுத்த பயறுடன், கடலையைப் போட்டு நனகு பொடித்துச் சலிக்கவும். சட்டியில் வெல்லத்தைக் கம்பி பாகுப் பதத்தில் காய்ச்சி, ஏலம், கக்கு சேர்த்து பயத்தம் மாவைக் கொட்டிச் சிறு உருண்டைகளாக்கவும்.

உப்பு, மஞ்சள் தூள் கலத்து, பந்து மாவு பதத்தில் இருக்கும் அரிசி மாவில் உருண்டைகளைத் தோய்த்துப் பொரித்தெடுக்கவும்.

- சியாமளா ராஜசேகர், சென்னை



# சட்டி பாகை சமையல் 64!



### சோள ஆப்பம்

**தேவை :** வெள்ளை சோள மாவு, பச்சரிசி மாவு, அரிசி சோறு - தலா 1 கப், சோடா உப்பு - 1 சிட்டிகை, தேங்காய் - ½ மூடி, உப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சாதம் + தேங்காயை நன்கு அரைக்கவும். மாவுகளைச் சேற்றுடன் சேர்த்து உப்பு கலக்கவும். எட்டு மணி தேரம் புளித்த

மாவில் சோடா உப்பு சேர்க்கவும்.

சட்டியில் எண்ணெயைத் தடவி மாவை ஊற்றி ஆப்பம் போல் கடவும்.

- எஸ்.உஷாகுமாரி, சென்னை

மங்கையர் மலர்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### சோள ஆப்பம்

**தேவை :** வெள்ளை சோள மாவு, பச்சரிசி மாவு, அரிசி சோறு - தலா 1 கப், சோடா உப்பு - 1 சிட்டிகை, தேங்காய் - ½ மூடி, உப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சாதம் + தேங்காயை நன்கு அரைக்கவும். மாவுகளைச் சேற்றுடன் சேர்த்து உப்பு கலக்கவும். எட்டு மணி தேரம் புளித்த

மாவில் சோடா உப்பு சேர்க்கவும்.

சட்டியில் எண்ணெயைத் தடவி மாவை ஊற்றி ஆப்பம் போல் கடவும்.

- எஸ்.உஷாகுமாரி, சென்னை

மங்கையர் மலர்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### மருத்து குழம்பு

**தேவை :** வல்லாரை இலை - 50 கிராம், சங்கு இலை, அவுரி இலை, பெரு மருந்து இலை, தழுதா இலை, மிளகு - தலா 10 கிராம், வாயு இலை - சிறிது, பூண்டு - 20, மல்லித்தூள், மிளகாய்த்தூள், சீரகம், உப்பு, புளி, கடுகு - தேவைக்கு, முருங்கைக்காய் - 2, எண்ணெய் - தாளிக்க

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகைத் தாளித்து, முருங்கைக்காயைப் பிரட்டவும். எல்லா பொருட்களையும் வதக்கி விழுதாக அரைத்து, கரைத்து, தாளிப்பில் கொட்டி, கொதிவிட்டு இறக்கவும்.

- ஜெ.சித்ராணி, தஞ்சாவூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### மருத்து குழம்பு

**தேவை :** வல்லாரை இலை - 50 கிராம், சங்கு இலை, அவுரி இலை, பெரு மருந்து இலை, தழுதா இலை, மிளகு - தலா 10 கிராம், வாயு இலை - சிறிது, பூண்டு - 20, மல்லித்தூள், மிளகாய்த்தூள், சீரகம், உப்பு, புளி, கடுகு - தேவைக்கு, முருங்கைக்காய் - 2, எண்ணெய் - தாளிக்க

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகைத் தாளித்து, முருங்கைக்காயைப் பிரட்டவும். எல்லா பொருட்களையும் வதக்கி விழுதாக அரைத்து, கரைத்து, தாளிப்பில் கொட்டி, கொதிவிட்டு இறக்கவும்.

- ஜெ.சித்ராணி, தஞ்சாவூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### பூண்டு மிளகுக் குழம்பு

**தேவை :** பூண்டு பற்கள் - 10, மிளகு - 1 கரண்டி, துவரம் பருப்பு, தனியா - தலா  $\frac{1}{2}$  கரண்டி, புளி - எலுமிச்சை அளவு, சீரகம் -  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், நல்லெண்ணெய் -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், உப்பு, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

**செய்முறை :** மிளகு, துவரம் பருப்பு, தனியா, சீரகம் சேர்த்து வறுத்து, கறிவேப்பிலையுடன் விழுதாக அரைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் நகக்கிய பூண்டைப் போட்டு, விழுதையும் சேர்த்து வதக்கவும். புளிகளைத்து ஊற்றி, உப்பு சேர்த்துக் கொதிக்கவிட்டு இறக்கவும்.

- எஸ்.ராஜிரவிசங்கர், கும்பகோணம்

என்றும் உங்களுடன்

**மாங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### பூண்டு மிளகுக் குழம்பு

**தேவை :** பூண்டு பற்கள் - 10, மிளகு - 1 கரண்டி, துவரம் பருப்பு, தனியா - தலா  $\frac{1}{2}$  கரண்டி, புளி - எலுமிச்சை அளவு, சீரகம் -  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன், நல்லெண்ணெய் -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், உப்பு, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

**செய்முறை :** மிளகு, துவரம் பருப்பு, தனியா, சீரகம் சேர்த்து வறுத்து, கறிவேப்பிலையுடன் விழுதாக அரைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் நகக்கிய பூண்டைப் போட்டு, விழுதையும் சேர்த்து வதக்கவும். புளிகளைத்து ஊற்றி, உப்பு சேர்த்துக் கொதிக்கவிட்டு இறக்கவும்.

- எஸ்.ராஜிரவிசங்கர், கும்பகோணம்

என்றும் உங்களுடன்

**மாங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### பனங்கிழங்கு பணியாரம்

**தேவை :** பனங்கிழங்கு - 4, சோளமாவு, மைதா மாவு, துருவிய சீஸ் - தலா  $\frac{1}{2}$  கப், இஞ்சி, பூண்டு விழுது, மிளகுப்பொடி - தலா 1 டீஸ்பூன், எண்ணெய், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் கொதிக்கும் நீரில் வெந்த பனங்கிழங்கைத் தோல் சீவி, நரம்பு எடுத்து, சீவிக் கொள்ளவும். அதில் மைதா, சோள மாவு, சீஸ், மிளகுப் பொடி, இஞ்சி பூண்டு விழுது, உப்பு, சிறிது எண்ணெய் சேர்த்து வட்டமாகத் தட்டி, சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

- ஜெயலக்ஷ்மி, புதுடிஸ்லி



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### பனங்கிழங்கு பணியாரம்

**தேவை :** பனங்கிழங்கு - 4, சோளமாவு, மைதா மாவு, துருவிய சீஸ் - தலா  $\frac{1}{2}$  கப், இஞ்சி, பூண்டு விழுது, மிளகுப்பொடி - தலா 1 டீஸ்பூன், எண்ணெய், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் கொதிக்கும் நீரில் வெந்த பனங்கிழங்கைத் தோல் சீவி, நரம்பு எடுத்து, சீவிக் கொள்ளவும். அதில் மைதா, சோள மாவு, சீஸ், மிளகுப் பொடி, இஞ்சி பூண்டு விழுது, உப்பு, சிறிது எண்ணெய் சேர்த்து வட்டமாகத் தட்டி, சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

- ஜெயலக்ஷ்மி, புதுடிஸ்லி



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### அகத்திக் கீரை மண்டி

**தேவை :** அகத்திக்கீரை - 1 கட்டு, சின்ன வெங்காயம் - 10, வரமிளகாய், பச்சை மிளகாய் - தலா 1, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கீரகம், தேங்காய்த் துருவல் - தலா 1 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு, அரிசி களைந்த தீர் - 1 தம்ளர்

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, சிவப்பு மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயத்தைப் போட்டு வதக்கவும், ஆய்ந்து சுத்தம் செய்த கீரையைச்

சேத்து வதக்கவும். உப்பு போட்டு கழுநீரை ஊற்றி கொதிக்க விடவும். தேங்காய்த் துருவல் பச்சை மிளகாய், கீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேத்துக் கெட்டியாகும் வரை அடுப்பில் வைக்கவும்.

- கீதா கிருஷ்ணன், சென்னை

சங்குப் பந்தை

## மாங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### அகத்திக் கீரை மண்டி

**தேவை :** அகத்திக்கீரை - 1 கட்டு, சின்ன வெங்காயம் - 10, வரமிளகாய், பச்சை மிளகாய் - தலா 1, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கீரகம், தேங்காய்த் துருவல் - தலா 1 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு, அரிசி களைந்த தீர் - 1 தம்ளர்

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, சிவப்பு மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயத்தைப் போட்டு வதக்கவும். ஆய்ந்து சுத்தம் செய்த கீரையைச்

சேத்து வதக்கவும். உப்பு போட்டு கழுநீரை ஊற்றி கொதிக்க விடவும். தேங்காய்த் துருவல் பச்சை மிளகாய், கீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேத்துக் கெட்டியாகும் வரை அடுப்பில் வைக்கவும்.

- கீதா கிருஷ்ணன், சென்னை

சங்குப் பந்தை

## மாங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### கீரை பழங்கறி

**தேவை :** அரைக் கீரை - 1 கட்டு,  
பூண்டு பற்கள் - 2, புளிக்ஞழம்பு - 2  
கப், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சுத்தம் செய்த  
அரைக்கீரையைப் பூண்டு சேர்த்து, நன்கு  
வேகவிடவும். வெந்த கீரையை மைய  
உப்புடன் சேர்த்துரைத்து, புளிக்ஞழம்புடன்  
கலக்கவும். காய்ந்த சட்டியில் குழம்புக்  
கலவையைக் கொட்டிக் கிளறவும்.

- ஆர்.ஸ்பாணி ரமேஷ்,  
சென்னை



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### கீரை பழங்கறி

**தேவை :** அரைக் கீரை - 1 கட்டு,  
பூண்டு பற்கள் - 2, புளிக்ஞழம்பு - 2  
கப், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சுத்தம் செய்த  
அரைக்கீரையைப் பூண்டு சேர்த்து, நன்கு  
வேகவிடவும். வெந்த கீரையை மைய  
உப்புடன் சேர்த்துரைத்து, புளிக்ஞழம்புடன்  
கலக்கவும். காய்ந்த சட்டியில் குழம்புக்  
கலவையைக் கொட்டிக் கிளறவும்.

- ஆர்.ஸ்பாணி ரமேஷ்,  
சென்னை



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### சோள தோசை

**தேவை :** சோளம் - 2 கப், பச்சரிசி - ½ கப், பொடியாக நறுக்கிய சின்ன வெங்காயம் - ½ கப், பச்சை மிளகாய் - 3, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** நீர் தெளித்து, குத்தி உமி நீக்கிய சோளத்தை அரிசியுடன் ஒண்ணரை மணி நேரம் ஊற வைத்து உப்பு, மிளகாய்ச் சேர்த்து அரைக்கவும். நறுக்கிய மல்லி, கறிவேப்பிலை, வெங்காயம் சேர்க்கவும்.

வாய்கன்ற சட்டிக் காய்ந்ததும் எண்ணெயைத் தடவி தோசைபோல வார்த்து எண்ணெய் ஊற்றி இருபுறமும் வேகவிட்டு எடுக்கவும்.

- எம்.ரேகா முருகானந்தம், வரகனேரி

என்றும் உங்களுடன்

**மங்கையர் மலர்** தாத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### சோள தோசை

**தேவை :** சோளம் - 2 கப், பச்சரிசி - ½ கப், பொடியாக நறுக்கிய சின்ன வெங்காயம் - ½ கப், பச்சை மிளகாய் - 3, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** நீர் தெளித்து, குத்தி உமி நீக்கிய சோளத்தை அரிசியுடன் ஒண்ணரை மணி நேரம் ஊற வைத்து உப்பு, மிளகாய்ச் சேர்த்து அரைக்கவும். நறுக்கிய மல்லி, கறிவேப்பிலை, வெங்காயம் சேர்க்கவும்.

வாய்கன்ற சட்டிக் காய்ந்ததும் எண்ணெயைத் தடவி தோசைபோல வார்த்து எண்ணெய் ஊற்றி இருபுறமும் வேகவிட்டு எடுக்கவும்.

- எம்.ரேகா முருகானந்தம், வரகனேரி

என்றும் உங்களுடன்

**மங்கையர் மலர்** தாத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### புனிக் கூட்டு

**தேவை :** கொத்தவரங்காய் -  $\frac{1}{4}$  கிலோ,  
புளி - கோலியளவு, துவரம் பருப்பு - 50  
கிராம், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப்  
பருப்பு, காய்ந்த மிளகாய் 4 - தாளிக்க, தேவ்  
காய்த் துருவல் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், கறி  
வேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** காய் தீக்கிய கொத்தவரங்  
காயை எண்ணெய் காய்ந்த சட்டியில் வதக்கி,  
உப்பு, புளித்தண்ணீர் சேர்த்து வேகவிடவும்.  
சட்டியில் தாளிக்க வேண்டிய பொருட்களை  
தாளித்த பின், வெந்த துவரம் பருப்பைக்  
கொட்டி, காயையும் சேர்த்துக் கொதிக்க  
விடவும்.

- ஆதினா வேணுகோபால், சென்னை



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### புனிக் கூட்டு

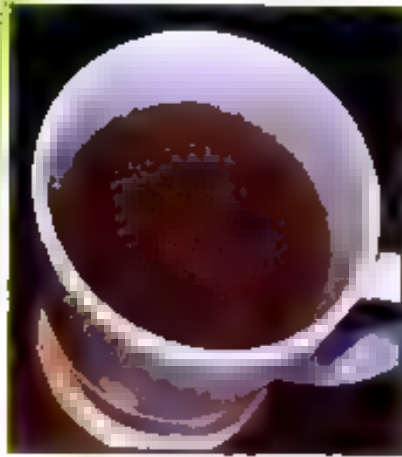
**தேவை :** கொத்தவரங்காய் -  $\frac{1}{4}$  கிலோ,  
புளி - கோலியளவு, துவரம் பருப்பு - 50  
கிராம், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப்  
பருப்பு, காய்ந்த மிளகாய் 4 - தாளிக்க, தேவ்  
காய்த் துருவல் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், கறி  
வேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** காய் தீக்கிய கொத்தவரங்  
காயை எண்ணெய் காய்ந்த சட்டியில் வதக்கி,  
உப்பு, புளித்தண்ணீர் சேர்த்து வேகவிடவும்.  
சட்டியில் தாளிக்க வேண்டிய பொருட்களை  
தாளித்த பின், வெந்த துவரம் பருப்பைக்  
கொட்டி, காயையும் சேர்த்துக் கொதிக்க  
விடவும்.

- ஆதினா வேணுகோபால், சென்னை



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### கக்கு காபி

**தேவை :** மிளகு - ¼ டீஸ்பூன், தனியா - ½ டீஸ்பூன், கக்கு - 1 துண்டு, பால் - 1 தம்ளர், பனங்கற்கண்டு - 1 தேக்கரண்டி.

**செய்முறை :** மண் சட்டியில் கக்கு, மிளகு, தனியாவை வறுத்துப் பொடிக்கவும். சட்டியில் பாலையிட்டுக் கொதி வந்ததும் பனங்கற்கண்டு, கக்குப் பொடியைச் சேர்த்து

மீண்டும் ஒரு கொதி விட்டு இறக்கவும். கவையான கக்கு காபி தயார்.

- வி.நிர்மலா பிரேம் ஆனந்த்,  
மயிலாடுதுறை

என்றும் உங்களுக்குள்

## மாங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### கக்கு காபி

**தேவை :** மிளகு - ¼ டீஸ்பூன், தனியா - ½ டீஸ்பூன், கக்கு - 1 துண்டு, பால் - 1 தம்ளர், பனங்கற்கண்டு - 1 தேக்கரண்டி.

**செய்முறை :** மண் சட்டியில் கக்கு, மிளகு, தனியாவை வறுத்துப் பொடிக்கவும். சட்டியில் பாலையிட்டுக் கொதி வந்ததும் பனங்கற்கண்டு, கக்குப் பொடியைச் சேர்த்து

மீண்டும் ஒரு கொதி விட்டு இறக்கவும். கவையான கக்கு காபி தயார்.

- வி.நிர்மலா பிரேம் ஆனந்த்,  
மயிலாடுதுறை

என்றும் உங்களுக்குள்

## மாங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### தூதுவனைக் கொழுக்கட்டை

**தேவை :** தூதுவனைக் கீரை - 1  
கிண்ணம், பச்சரிசி -  $\frac{1}{4}$  கிலோ, மிளகு,  
சீரகம் - தலா 1 டீஸ்பூன், வெங்காயம் -  
1, தேங்காய்த் துருவல் - 3 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** ஊற வைத்த அரிசியை,  
மிளகு, சீரகம் சேர்த்து அரைக்கவும். இது  
னுடன் நறுக்கிய தூதுவனை, வெங்காயம்,  
தேங்காய்த் துருவல், கொஞ்சம் தண்ணீர்  
உப்பு சேர்த்துக் கொழுக்கட்டைகளாக  
உருட்டி ஆவியில் வேகவிடவும்.

-ஆர்.பத்மப்ரியா, திருச்சி



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### தூதுவனைக் கொழுக்கட்டை

**தேவை :** தூதுவனைக் கீரை - 1  
கிண்ணம், பச்சரிசி -  $\frac{1}{4}$  கிலோ, மிளகு,  
சீரகம் - தலா 1 டீஸ்பூன், வெங்காயம் -  
1, தேங்காய்த் துருவல் - 3 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** ஊற வைத்த அரிசியை,  
மிளகு, சீரகம் சேர்த்து அரைக்கவும். இது  
னுடன் நறுக்கிய தூதுவனை, வெங்காயம்,  
தேங்காய்த் துருவல், கொஞ்சம் தண்ணீர்  
உப்பு சேர்த்துக் கொழுக்கட்டைகளாக  
உருட்டி ஆவியில் வேகவிடவும்.

-ஆர்.பத்மப்ரியா, திருச்சி



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### சலங்கைப் பணியாரம்

**தேவை :** பாசிப்பருப்பு - 1½ தம்ளர், வெல்லம் - ¾ தம்ளர், ஏலக்காய் - சிறிதளவு, பச்சரிசி - 1 தம்ளர், உப்பு - ஒரு சிட்டிகை, எண்ணெய் - பொரிக்க

**செய்முறை :** சட்டியில் பாசிப் பருப்பை வறுத்து மாவாக்கி, வெல்லப்பாரு காய்ச்சி, ஏலம் சேர்த்து உருண்டைகளாக்கவும். ஊற வைத்த பச்சரியை நைசாக அரைத்து, உப்பு

சேர்த்து கரைக்கவும். உருண்டைகளைக் கரைசலில் தோய்த்து, சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

- எஸ்.கமலவேணி சண்முகத்தரம், கோவை

என்றும் உங்களுடன்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### சலங்கைப் பணியாரம்

**தேவை :** பாசிப்பருப்பு - 1½ தம்ளர், வெல்லம் - ¾ தம்ளர், ஏலக்காய் - சிறிதளவு, பச்சரிசி - 1 தம்ளர், உப்பு - ஒரு சிட்டிகை, எண்ணெய் - பொரிக்க

**செய்முறை :** சட்டியில் பாசிப் பருப்பை வறுத்து மாவாக்கி, வெல்லப்பாரு காய்ச்சி, ஏலம் சேர்த்து உருண்டைகளாக்கவும். ஊற வைத்த பச்சரியை நைசாக அரைத்து, உப்பு

சேர்த்து கரைக்கவும். உருண்டைகளைக் கரைசலில் தோய்த்து, சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

- எஸ்.கமலவேணி சண்முகத்தரம், கோவை

என்றும் உங்களுடன்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

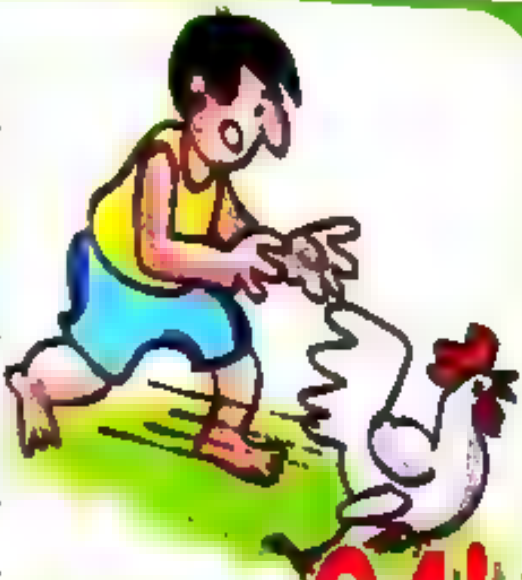


### குப்பைக்கீரை பொரித்த கூட்டு

**தேவை :** குப்பைக்கீரை - 3 கைப்பிடி, தேங்காய்த் துருவல், பாசிப்பருப்பு - தலா  $\frac{1}{2}$  கப், பச்சை மிளகாய் - 4, சீரகம் - 1 தேக்கரண்டி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம், எண்ணெய் - தலா 1 டீஸ்பூன் (தாளிக்க), உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் கீரையைச் சுத்தம் செய்து வேகவிடவும். வெந்த பாசிப் பருப்பைச் சேர்த்து தேங்காய்த் துருவல், சீரகம், மிளகாய் விழுதைதழும் சேர்க்கவும். தேவையான உப்பு சேர்த்து, தாளிப்பைக் கொட்டிக் கலக்கவும்.

- ஆர்.எம்.லக்ஷ்மி, மதுரை



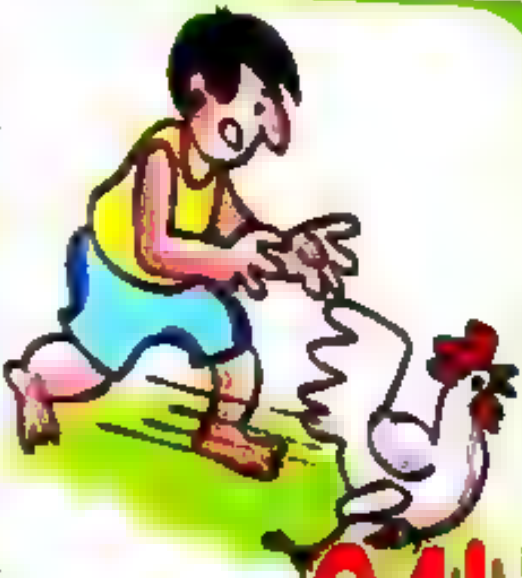
# சட்டி பானை சமையல் 64!

### குப்பைக்கீரை பொரித்த கூட்டு

**தேவை :** குப்பைக்கீரை - 3 கைப்பிடி, தேங்காய்த் துருவல், பாசிப்பருப்பு - தலா  $\frac{1}{2}$  கப், பச்சை மிளகாய் - 4, சீரகம் - 1 தேக்கரண்டி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம், எண்ணெய் - தலா 1 டீஸ்பூன் (தாளிக்க), உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் கீரையைச் சுத்தம் செய்து வேகவிடவும். வெந்த பாசிப் பருப்பைச் சேர்த்து தேங்காய்த் துருவல், சீரகம், மிளகாய் விழுதைதழும் சேர்க்கவும். தேவையான உப்பு சேர்த்து, தாளிப்பைக் கொட்டிக் கலக்கவும்.

- ஆர்.எம்.லக்ஷ்மி, மதுரை



# சட்டி பானை சமையல் 64!



## தீத்தண்ணி சாதம்

**தேவை :** சாதம் வடித்த கஞ்சித் தண்ணீர் - 3 தம்ளர், தண்ணீர் - 1 தம்ளர், பச்சரிசி -  $1\frac{1}{2}$  தம்ளர், கக்குப்பொடி - 1 மஸ்பூன், உப்பு, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சாதம் வடித்த கஞ்சியை மூன்று நாட்கள் மண்பாணையில் சேர்த்து வரவேண்டும். நான்காம் நாள் அந்தக் கஞ்சிப் பாணையில், உப்பு, தண்ணீர் சேர்த்து, கக்குப் பொடியுடன், களைந்த அரிசியைப் போட்டு வேக விடவும். கஞ்சி வடிக்காமல் அப்படியே சமைத்து மல்லி, கறிவேப்பிலை தூவ வேண்டும்.

- ஏ.முருகசுந்தரி, பாடி

மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்



## தீத்தண்ணி சாதம்

**தேவை :** சாதம் வடித்த கஞ்சித் தண்ணீர் - 3 தம்ளர், தண்ணீர் - 1 தம்ளர், பச்சரிசி -  $1\frac{1}{2}$  தம்ளர், கக்குப்பொடி - 1 மஸ்பூன், உப்பு, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சாதம் வடித்த கஞ்சியை மூன்று நாட்கள் மண்பாணையில் சேர்த்து வரவேண்டும். நான்காம் நாள் அந்தக் கஞ்சிப் பாணையில், உப்பு, தண்ணீர் சேர்த்து, கக்குப் பொடியுடன், களைந்த அரிசியைப் போட்டு வேக விடவும். கஞ்சி வடிக்காமல் அப்படியே சமைத்து மல்லி, கறிவேப்பிலை தூவ வேண்டும்.

- ஏ.முருகசுந்தரி, பாடி

மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

### ராகி உப்பு உருண்டை

**தேவை :** கேழ்வரகு மாவு -  $\frac{1}{4}$  கிலோ, பெருங்காயம், கடுகு, கறிவேப்பிலை - தாளிக்க, பச்சை மிளகாய் - 2, வெங்காயம் - 1, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** மாவில் உப்பு, சிறிது தண்ணீர் சேர்த்துப் பிசறி வைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் தாளிப்பைப் போட்டு, மிளகாய், வெங்காயம் சேர்த்து வதக்கி, மாவில் கொட்டவும். மாவை உருண்டைகளாகப் பிடித்து இட்லி போல் ஆவியில் வேக வைக்கவும்.

- ஆர்.ஜானகி ரங்கநாதன்,  
சென்னை



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### ராகி உப்பு உருண்டை

**தேவை :** கேழ்வரகு மாவு -  $\frac{1}{4}$  கிலோ, பெருங்காயம், கடுகு, கறிவேப்பிலை - தாளிக்க, பச்சை மிளகாய் - 2, வெங்காயம் - 1, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** மாவில் உப்பு, சிறிது தண்ணீர் சேர்த்துப் பிசறி வைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் தாளிப்பைப் போட்டு, மிளகாய், வெங்காயம் சேர்த்து வதக்கி, மாவில் கொட்டவும். மாவை உருண்டைகளாகப் பிடித்து இட்லி போல் ஆவியில் வேக வைக்கவும்.

- ஆர்.ஜானகி ரங்கநாதன்,  
சென்னை



# சட்டி பானை சமையல் 64!



## மேளச் சாறு

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி - 1 கப், தமிழ் - 2 கப், தண்ணீர் - 3 கப், மிளகாய் - 2, இஞ்சி - 1 துண்டு, பெருங்காயம் -  $\frac{1}{2}$  மஸ்பூன், உப்பு, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

**செய்முறை :** தமிழை நன்றாகக் கடைத்து, தீர் சேர்த்து மண் பாளையில் ஊற்றவும். நறுக்கிய மிளகாய், இஞ்சி, கறிவேப்பிலை, பெருங்காயம் போட்டுக் கொதிக்க விட்டு, அரிசியைக் களைத்து போடவும். வெந்த பின் உப்புப் போட்டு தேவைப்பட்டால் தண்ணீர் சேர்த்துக் குளிர்ச் சாப்பிடவும்.

- க.மீனா, தூத்துக்குடி

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத துது



## மேளச் சாறு

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி - 1 கப், தமிழ் - 2 கப், தண்ணீர் - 3 கப், மிளகாய் - 2, இஞ்சி - 1 துண்டு, பெருங்காயம் -  $\frac{1}{2}$  மஸ்பூன், உப்பு, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

**செய்முறை :** தமிழை நன்றாகக் கடைத்து, தீர் சேர்த்து மண் பாளையில் ஊற்றவும். நறுக்கிய மிளகாய், இஞ்சி, கறிவேப்பிலை, பெருங்காயம் போட்டுக் கொதிக்க விட்டு, அரிசியைக் களைத்து போடவும். வெந்த பின் உப்புப் போட்டு தேவைப்பட்டால் தண்ணீர் சேர்த்துக் குளிர்ச் சாப்பிடவும்.

- க.மீனா, தூத்துக்குடி

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத துது



### அம்மாஞ்சி கடி

**தேவை :** ஊறிய வடு மாங்காய் - 5, வற்றல் மிளகாய், பச்சை மிளகாய், தேங்காய் - தலா 1 துண்டு, கெட்டித் தயிர் - 1 கப், வெந்தயம் -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன், கடுகு -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** வடுமாங்காய், வற்றல் மிளகாய், பச்சை மிளகாய், தேங்காய், உப்பு சேர்த்து அரைக்கவும். சட்டியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, வெந்தயம் தாளிப்பில் விழுதைச் சேர்த்து, தயிருடன் கலக்கவும்.

- ஆர்.அனாதா ரவித்திரன்,  
திருச்சி



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### அம்மாஞ்சி கறி

**தேவை :** ஊறிய வடு மாங்காய் - 5, வற்றல் மிளகாய், பச்சை மிளகாய், தேங்காய் - தலா 1 துண்டு, கெட்டித் தயிர் - 1 கப், வெந்தயம் -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன், கடுகு -  $\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** வடுமாங்காய், வற்றல் மிளகாய், பச்சை மிளகாய், தேங்காய், உப்பு சேர்த்து அரைக்கவும். சட்டியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, வெந்தயம் தாளிப்பில் விழுதைச் சேர்த்து, தயிருடன் கலக்கவும்.

- ஆர்.அனாதா ரவித்திரன்,  
திருச்சி



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### சத்து உருண்டை

**தேவை :** முளைகட்டிய கேழ்வரகு, தண்ணீர் - தலா 1 தம்ளர், உப்பு, பெருங்காயம் - தலா 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** வறுத்து அரைத்த கேழ்வரகைச் சட்டியில் கொதிக்கும் தண்ணீரில் போட்டுக் கிளறவும். பிறகு, உப்பு, பெருங்காயம் சேர்த்து உருண்டைகளாக்கவும். சட்டியில் தண்ணீர் கொதிக்கும்போது, இந்த உருண்டைகளைப் போட்டு, ஓர் இரவு ஊற வைத்து மறுநாள் சாப்பிடவும்.

- ப்ரீதா ரங்கசாமி, சென்னை

சாறு உபயோகம்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### சத்து உருண்டை

**தேவை :** முளைகட்டிய கேழ்வரகு, தண்ணீர் - தலா 1 தம்ளர், உப்பு, பெருங்காயம் - தலா 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** வறுத்து அரைத்த கேழ்வரகைச் சட்டியில் கொதிக்கும் தண்ணீரில் போட்டுக் கிளறவும். பிறகு, உப்பு, பெருங்காயம் சேர்த்து உருண்டைகளாக்கவும். சட்டியில் தண்ணீர் கொதிக்கும்போது, இந்த உருண்டைகளைப் போட்டு, ஓர் இரவு ஊற வைத்து மறுநாள் சாப்பிடவும்.

- ப்ரீதா ரங்கசாமி, சென்னை

சாறு உபயோகம்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### கொக்கட்டான்

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி - ¼  
கிலோ, பனைவெல்லம் - 200 கிராம்,  
ஏலம் - சிறிதளவு

**செய்முறை :** அரிசியை சிவக்க  
வறுத்து, மாவாக அரைத்துக் கொள்ள  
வும். சட்டியில், பனைவெல்லத்தைப்  
பாரு வைத்து மண் நீக்கவும். ஏலம், மாவு  
இரண்டையும் சேர்த்து, நீளமாக சாக்பீஸ்  
வடிவத்தில் உருட்டிவைக்கவும். (குட்  
டோடு செய்ய வேண்டும்.)

- மீனா சுந்தர், எடப்பாடி



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### கொக்கட்டான்

**தேவை :** புழுங்கல் அரிசி - ¼  
கிலோ, பனைவெல்லம் - 200 கிராம்,  
ஏலம் - சிறிதளவு

**செய்முறை :** அரிசியை சிவக்க  
வறுத்து, மாவாக அரைத்துக் கொள்ள  
வும். சட்டியில், பனைவெல்லத்தைப்  
பாரு வைத்து மண் நீக்கவும். ஏலம், மாவு  
இரண்டையும் சேர்த்து, நீளமாக சாக்பீஸ்  
வடிவத்தில் உருட்டிவைக்கவும். (குட்  
டோடு செய்ய வேண்டும்.)

- மீனா சுந்தர், எடப்பாடி



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### பொரிமா உருண்டை

**தேவை :** பச்சரிசி - 1கப், அச்ச வெல்லம் - 7 கட்டி, தேங்காய்த் துருவல் -  $\frac{1}{4}$  கப், நெய் - 3 தேக்கரண்டி, பால் -  $\frac{1}{4}$  கப்

**செய்முறை :** சட்டியில் அரிசியை சிவக்க வறுத்து மாவாக்கவும். பிறகு, அரிசி, பொடித்த அச்ச வெல்லம், தேங்காய்த் துருவல் சேர்க்கவும். சட்டியில் நெய்யைச் சூடாக்கி, மாவில் ஊற்றி. இலேசாகப் பாளையும் தெளித்து உருண்டைகளாக்கவும்.

- மைதிலி சுந்தரம், புரணவாக்கம்

சுருஷம் உருண்டை

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### பொரிமா உருண்டை

**தேவை :** பச்சரிசி - 1கப், அச்ச வெல்லம் - 7 கட்டி, தேங்காய்த் துருவல் -  $\frac{1}{4}$  கப், நெய் - 3 தேக்கரண்டி, பால் -  $\frac{1}{4}$  கப்

**செய்முறை :** சட்டியில் அரிசியை சிவக்க வறுத்து மாவாக்கவும். பிறகு, அரிசி, பொடித்த அச்ச வெல்லம், தேங்காய்த் துருவல் சேர்க்கவும். சட்டியில் நெய்யைச் சூடாக்கி, மாவில் ஊற்றி. இலேசாகப் பாளையும் தெளித்து உருண்டைகளாக்கவும்.

- மைதிலி சுந்தரம், புரணவாக்கம்

சுருஷம் உருண்டை

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### கிளறி கொட்டின அடை

**தேவை :** பச்சரிசி - 2 கப், துவரம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு - தலா -  $\frac{1}{4}$  கப், தேங்காய்த் துருவல் -  $\frac{1}{4}$  கப், சீரகம், ஒமம், மிளகு - தலா 2 டேயிள் டீஸ்பூன் (துணுக்கியது), பெருங்காயம், உப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** அரிசி, பருப்புக்களை ரைவயாக உடைத்து மாவை சலித்து தீக்கவும். சட்டியில் 1 கப் ரவைக்கு ஒண்ணோகால் தண்ணீரில் உப்பு, மிளகு, சீரகம், பெருங்காயம், ஒமத்தைக் கொதி நீரில் சேர்த்து, கடைசியில் தேங்காய்த் துருவல் கலக்கவும். அந்த மாவை அடைகளாகச் சட்டியில் தட்டி, எண்ணெய் விட்டு எடுக்கவும்.

- கேஜாணி அம்மன், பெங்களூரு



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### கிளறி கொட்டின அடை

**தேவை :** பச்சரிசி - 2 கப், துவரம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு - தலா -  $\frac{1}{4}$  கப், தேங்காய்த் துருவல் -  $\frac{1}{4}$  கப், சீரகம், ஒமம், மிளகு - தலா 2 டேயிள் டீஸ்பூன் (துணுக்கியது), பெருங்காயம், உப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** அரிசி, பருப்புக்களை ரைவயாக உடைத்து மாவை சலித்து தீக்கவும். சட்டியில் 1 கப் ரவைக்கு ஒண்ணோகால் தண்ணீரில் உப்பு, மிளகு, சீரகம், பெருங்காயம், ஒமத்தைக் கொதி நீரில் சேர்த்து, கடைசியில் தேங்காய்த் துருவல் கலக்கவும். அந்த மாவை அடைகளாகச் சட்டியில் தட்டி, எண்ணெய் விட்டு எடுக்கவும்.

- கேஜாணி அம்மன், பெங்களூரு



# சட்டி பானை சமையல் 64!



## முருங்கைக் குச்சி, கீரைக் குச்சி குழம்பு

**தேவை :** முருங்கை - 4, கீரைத் தண்டி - 2, புளி - எலுமிச்சை அளவு, மிளகாய் வற்றல் - 10, தனியா - 4 உஸ்பூன், மிளகு - ½ உஸ்பூன், பூண்டு பற்கள் - 4, சினை வெங்காயம் - 10, கடலைப் பருப்பு - 2 உஸ்பூன், கடுகு, வெந்தயம், மஞ்சள் பொடி - தாளிக்க, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** மிளகாய், தனியா, மிளகு, கடலைப் பருப்பை வறுத்து அரைக்கவும். சட்டியில் காயும் எண்ணெயில் விழுதைத் தாளித்து பூண்டு, வெங்காயம், மிளகாய் விழுதையும் சேர்த்து புளியைக் கரைத்து ஊற்றவும். பிறகு, உப்பு போட்டு வேக வைத்து முருங்கை, கீரைத் தண்டினைப் போட்டு கொதிக்க விடவும்.

- ஜெயலக்ஷ்மி, புது டில்லி

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர். 1 மகளிர் மாத இதழ்!



## முருங்கைக் குச்சி, கீரைக் குச்சி குழம்பு

**தேவை :** முருங்கை - 4, கீரைத் தண்டி - 2, புளி - எலுமிச்சை அளவு, மிளகாய் வற்றல் - 10, தனியா - 4 உஸ்பூன், மிளகு - ½ உஸ்பூன், பூண்டு பற்கள் - 4, சினை வெங்காயம் - 10, கடலைப் பருப்பு - 2 உஸ்பூன், கடுகு, வெந்தயம், மஞ்சள் பொடி - தாளிக்க, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** மிளகாய், தனியா, மிளகு, கடலைப் பருப்பை வறுத்து அரைக்கவும். சட்டியில் காயும் எண்ணெயில் விழுதைத் தாளித்து பூண்டு, வெங்காயம், மிளகாய் விழுதையும் சேர்த்து புளியைக் கரைத்து ஊற்றவும். பிறகு, உப்பு போட்டு வேக வைத்து முருங்கை, கீரைத் தண்டினைப் போட்டு கொதிக்க விடவும்.

- ஜெயலக்ஷ்மி, புது டில்லி

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர். 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### கண்டைத் துவவயல்

**தேவை :** மலைச் கண்டைக்காய் -  $\frac{1}{2}$  கப், கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, தேங்காய்த் துருவல் - தலா 2 மஸ்பூன், கடுகு, கெட்டிப் புளி கரைசல், பொடித்த வெல்லம், நறுக்கிய வெங்காயம் - தலா 1 மஸ்பூன், நறுக்கிய தக்காளி - 2 டேபிள் மஸ்பூன், மிளகாய் - 4, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கண்டைக் காயைத் தட்டிப் போட்டு வதக்கி எடுக்கவும். பருப்பு வகைகள், மிளகாய் சேர்த்து, வெங்காயம் தக்காளி வதக்கி, புளி, உப்பு, வெல்லம் சேர்த்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகப் போட்டு அரைக்கவும். கவை யான துவவயல் தயார்!

- உஷா கரேஷ், முகப்பேர்



# 64!

## சட்டி பானை சமையல்

### கண்டைத் துவவயல்

**தேவை :** மலைச் கண்டைக்காய் -  $\frac{1}{2}$  கப், கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, தேங்காய்த் துருவல் - தலா 2 மஸ்பூன், கடுகு, கெட்டிப் புளி கரைசல், பொடித்த வெல்லம், நறுக்கிய வெங்காயம் - தலா 1 மஸ்பூன், நறுக்கிய தக்காளி - 2 டேபிள் மஸ்பூன், மிளகாய் - 4, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கண்டைக் காயைத் தட்டிப் போட்டு வதக்கி எடுக்கவும். பருப்பு வகைகள், மிளகாய் சேர்த்து, வெங்காயம் தக்காளி வதக்கி, புளி, உப்பு, வெல்லம் சேர்த்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகப் போட்டு அரைக்கவும். கவை யான துவவயல் தயார்!

- உஷா கரேஷ், முகப்பேர்



# 64!

## சட்டி பானை சமையல்



### குப்பை மேனி கீரை மசியல்

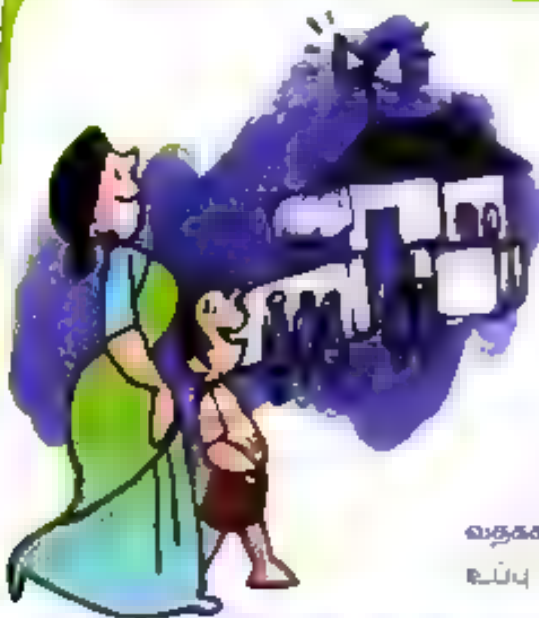
**தேவை :** குப்பை மேனி கீரை - 2 கப், வெங்காயம் -  $\frac{1}{4}$  கப், எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பச்சை மிளகாய் - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சுட்டியில் எண்ணெய் காய்ந்ததும் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயம், சுத்தம் செய்த கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். தேவையான அளவு தண்ணீருடன் உப்பு போட்டு மசிக்கவும்.

- எம்.ஜெயபுதி, சேலம்

என்றும் உபயோகம்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### குப்பை மேனி கீரை மசியல்

**தேவை :** குப்பை மேனி கீரை - 3 கப், வெங்காயம் -  $\frac{1}{4}$  கப், எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பச்சை மிளகாய் - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சுட்டியில் எண்ணெய் காய்ந்ததும் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயம், சுத்தம் செய்த கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். தேவையான அளவு தண்ணீருடன் உப்பு போட்டு மசிக்கவும்.

- எம்.ஜெயபுதி, சேலம்

என்றும் உபயோகம்

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### குருணை மசாலாப் பொங்கல்

**தேவை :** பச்சரிசி குருணை - 1 கப், பாசிப் பருப்பு -  $\frac{1}{2}$  கப், பால் - 11 கப், நெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், பூண்டு பற்கள் - 4 பல், பெரிய வெங்காயம் - 1, இஞ்சி - 1 துண்டு, மிளகு, சீரகம் பொடி - தலா 1 டீஸ்பூன், பச்சை மிளகாய் - 2, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் குருணை, பாசிப் பருப்பு இரண்டையும் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். பிறகு, நெய் ஊற்றி பூண்டு, இஞ்சி, வெங்காயம், மிளகாய், மிளகு, சீரகப் பொடி சேர்க்கவும். தண்ணீர் ஊற்றி அரிசி, பருப்பைப் போட்டு, பால் சேர்த்து, குழைய வேகவிடவும். கறிவேப்பிலை தூவி இறக்கவும்.

- எஸ்.ராமலக்ஷ்மி, தஞ்சாவூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### குருணை மசாலாப் பொங்கல்

**தேவை :** பச்சரிசி குருணை - 1 கப், பாசிப் பருப்பு -  $\frac{1}{2}$  கப், பால் - 2 கப், நெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், பூண்டு பற்கள் - 4 பல், பெரிய வெங்காயம் - 1, இஞ்சி - 1 துண்டு, மிளகு, சீரகம் பொடி - தலா 1 டீஸ்பூன், பச்சை மிளகாய் - 11, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் குருணை, பாசிப் பருப்பு இரண்டையும் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். பிறகு, நெய் ஊற்றி பூண்டு, இஞ்சி, வெங்காயம், மிளகாய், மிளகு, சீரகப் பொடி சேர்க்கவும். தண்ணீர் ஊற்றி அரிசி, பருப்பைப் போட்டு, பால் சேர்த்து, குழைய வேகவிடவும். கறிவேப்பிலை தூவி இறக்கவும்.

- எஸ்.ராமலக்ஷ்மி, தஞ்சாவூர்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### கேழ்வரகு புளி அடை

**தேவை :** கேழ்வரகு மாவு -  $\frac{1}{4}$  கிலோ, சின்ன வெங்காயம் - 100, பச்சை மிளகாய் - 2, எலுமிச்சம் பழச்சாறு -  $\frac{1}{2}$  மூடி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா  $\frac{1}{2}$  கஸ்பூன், முருங்கைக் கீரை - 1 கைப்பிடி, உப்பு - சிற்றிதளவு

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு தாளித்து வெங்காயம், மிளகாய், முருங்கைக் கீரையை வதக்கவும். மாவின் இரண்டு மடங்கு தண்ணீர் ஊற்றி கொதிக்கும் சட்டியில் மாவைப் போட்டுக் கிளறி, எலுமிச்சை சாறினைக் கலந்து உப்பு சேர்த்து இறக்கவும். பிறகு, சட்டியில் அடைகளாகத் தட்டவும்.

- கே.மகாலக்ஷ்மி, திண்டுக்கல்

என்றும் உபயோகம்  
**மாங்கையார் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### கேழ்வரகு புளி அடை

**தேவை :** கேழ்வரகு மாவு -  $\frac{1}{4}$  கிலோ, சின்ன வெங்காயம் - 100, பச்சை மிளகாய் - 2, எலுமிச்சம் பழச்சாறு -  $\frac{1}{2}$  மூடி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா  $\frac{1}{2}$  கஸ்பூன், முருங்கைக் கீரை - 1 கைப்பிடி, உப்பு - சிற்றிதளவு

**செய்முறை :** சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு தாளித்து வெங்காயம், மிளகாய், முருங்கைக் கீரையை வதக்கவும். மாவின் இரண்டு மடங்கு தண்ணீர் ஊற்றி கொதிக்கும் சட்டியில் மாவைப் போட்டுக் கிளறி, எலுமிச்சை சாறினைக் கலந்து உப்பு சேர்த்து இறக்கவும். பிறகு, சட்டியில் அடைகளாகத் தட்டவும்.

- கே.மகாலக்ஷ்மி, திண்டுக்கல்

என்றும் உபயோகம்  
**மாங்கையார் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

### மச்சான் மஞ்சப் பொரி

**தேவை :** அரிசிப் பொரி - 1 கிலோ,  
முழு பூண்டு - 1, மஞ்சள் தூள் -  $1\frac{1}{2}$   
மஸ்பூன், தேங்காய் எண்ணெய் - 100  
மில்லி, சிவப்பு மிளகாய் - 3, கறிவேப்  
பிலை - சிறிதளவு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் தேங்காய்  
எண்ணெயை ஊற்றி, மிளகாய்,  
தோலுரித்து நகக்கிய பூண்டு, கறி  
வேப்பிலை தாளித்து, மஞ்சள் பொடி  
சேர்க்கவும். அரிசிப் பொரியைப் போட்டு,  
உப்பு தூவி மொறுமொறுப்பாகும் வரை  
பிரட்டவும்.

- எஸ்.விஜயா சீனிவாசன்,  
திருவெறும்பூர்



# சட்டி பானை சகமயல் 64!

### மச்சான் மஞ்சப் பொரி

**தேவை :** அரிசிப் பொரி - 1 கிலோ,  
முழு பூண்டு - 1, மஞ்சள் தூள் -  $1\frac{1}{2}$   
மஸ்பூன், தேங்காய் எண்ணெய் - 100  
மில்லி, சிவப்பு மிளகாய் - 3, கறிவேப்  
பிலை - சிறிதளவு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் தேங்காய்  
எண்ணெயை ஊற்றி, மிளகாய்,  
தோலுரித்து நகக்கிய பூண்டு, கறி  
வேப்பிலை தாளித்து, மஞ்சள் பொடி  
சேர்க்கவும். அரிசிப் பொரியைப் போட்டு,  
உப்பு தூவி மொறுமொறுப்பாகும் வரை  
பிரட்டவும்.

- எஸ்.விஜயா சீனிவாசன்,  
திருவெறும்பூர்



# சட்டி பானை சகமயல் 64!





### உக்காளிப் பொடி

**தேவை :** பச்சரிசி -  $\frac{1}{4}$  கிலோ, சர்க்கரை - 200 கிராம், எண்ணெய் - 200 மில்லி, ஏலம் - 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** அரிசியை இரண்டு மணி நேரம் ஊற வைத்து, ஊதகாக அரைக்கவும். சட்டியில் எண்ணெயை ஊற்றி மாவைக் கொட்டிக் கிளறவும். மாவு உதிர்த்ததும் சர்க்கரை, ஏலம் சேர்த்து மீண்டும் கிளறவும். மாவு நன்கு வெந்த பிறகு இறக்கவும்.

- ஜெயபுத் கோபாலன், சென்னை

மங்கையும் உங்களுடன்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### உக்காளிப் பொடி

**தேவை :** பச்சரிசி -  $\frac{1}{4}$  கிலோ, சர்க்கரை - 200 கிராம், எண்ணெய் - 200 மில்லி, ஏலம் - 1 டீஸ்பூன்

**செய்முறை :** அரிசியை இரண்டு மணி நேரம் ஊற வைத்து, ஊதகாக அரைக்கவும். சட்டியில் எண்ணெயை ஊற்றி மாவைக் கொட்டிக் கிளறவும். மாவு உதிர்த்ததும் சர்க்கரை, ஏலம் சேர்த்து மீண்டும் கிளறவும். மாவு நன்கு வெந்த பிறகு இறக்கவும்.

- ஜெயபுத் கோபாலன், சென்னை

மங்கையும் உங்களுடன்

## மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### பச்சைப் பயிறு மசியல்

**தேவை :** பச்சைப் பயிறு - 150 கிராம்,  
பச்சை மிளகாய் - 4, நறுக்கிய  
வெங்காயம் - 1 கப், எண்ணெய் - 2  
மஸ்பூன், கடுகு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஆறு மணி நேரம் ஊறிய  
பயிறைச் சட்டியில் தன்கு குழைய  
விடவும். சட்டியில் எண்ணெய்  
குடானதும் கடுகு, பச்சை மிளகாய்த்  
தாளித்து, வெங்காயத்தை வதக்கி, உப்பு  
சேர்க்கவும். வெந்த பயிறைக் கலக்கவும்.  
கெட்டியாகும்வரைக் கொதிக்க விடவும்.

- மீனாட்சி குருராஜ், கருமண்டபம்



# சட்டி பானை சமையல் 64!

### பச்சைப் பயிறு மசியல்

**தேவை :** பச்சைப் பயிறு - 150 கிராம்,  
பச்சை மிளகாய் - 4, நறுக்கிய  
வெங்காயம் - 1 கப், எண்ணெய் - 2  
மஸ்பூன், கடுகு, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** ஆறு மணி நேரம் ஊறிய  
பயிறைச் சட்டியில் தன்கு குழைய  
விடவும். சட்டியில் எண்ணெய்  
குடானதும் கடுகு, பச்சை மிளகாய்த்  
தாளித்து, வெங்காயத்தை வதக்கி, உப்பு  
சேர்க்கவும். வெந்த பயிறைக் கலக்கவும்.  
கெட்டியாகும்வரைக் கொதிக்க விடவும்.

- மீனாட்சி குருராஜ், கருமண்டபம்



# சட்டி பானை சமையல் 64!



### அப்பளக் குழம்பு

**தேவை :** பொடித்த அப்பளங்கள், வர மிளகாய் - தலா 6, புளி - எலுமிச்சை அளவு, மிளகாய்த் தூள், கடுகு, உ. பருப்பு, க. பருப்பு, து. பருப்பு - தலா 1 மஸ்பூன், பெருங்காயம், வெந்தயம், மஞ்சள் தூள் - 1/2 மஸ்பூன், நல்ல எண்ணெய் - 1 கரண்டி, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் கடுகு, உ.பருப்பு, க.பருப்பு, து.பருப்பு, மிளகாய்ப் போட்டு தாளித்து, பொரித்த அப்பளத்தை சிறு துண்டுகளாக்கி போடவும். அரைத் தம்ளர் தண்ணீரிலிட்டு உப்பு, மஞ்சள் தூள், மிளகாய்த் தூள், பெருங்காயம், வெந்தயம், புளித்தண்ணீர் சேர்க்கவும். நன்கு கொதிக்க இறக்கினால் அப்பளக் குழம்பு தயார்!

- வசந்தா வேணுகோபால், சென்னை

தொகுப்பு :  
மாலதி சந்திரசேகரன்  
கார்டூன்ஸ் - பிள்ளை

மங்களம் உங்களுடைய

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



### அப்பளக் குழம்பு

**தேவை :** பொடித்த அப்பளங்கள், வர மிளகாய் - தலா 6, புளி - எலுமிச்சை அளவு, மிளகாய்த் தூள், கடுகு, உ. பருப்பு, க. பருப்பு, து. பருப்பு - தலா 1 மஸ்பூன், பெருங்காயம், வெந்தயம், மஞ்சள் தூள் - 1/2 மஸ்பூன், நல்ல எண்ணெய் - 1 கரண்டி, உப்பு - தேவைக்கு

**செய்முறை :** சட்டியில் கடுகு, உ.பருப்பு, க.பருப்பு, து.பருப்பு, மிளகாய்ப் போட்டு தாளித்து, பொரித்த அப்பளத்தை சிறு துண்டுகளாக்கி போடவும். அரைத் தம்ளர் தண்ணீரிலிட்டு உப்பு, மஞ்சள் தூள், மிளகாய்த் தூள், பெருங்காயம், வெந்தயம், புளித்தண்ணீர் சேர்க்கவும். நன்கு கொதிக்க இறக்கினால் அப்பளக் குழம்பு தயார்!

- வசந்தா வேணுகோபால், சென்னை

தொகுப்பு :  
மாலதி சந்திரசேகரன்  
கார்டூன்ஸ் - பிள்ளை

மங்களம் உங்களுடைய

**மங்கையர் மலர்** தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!